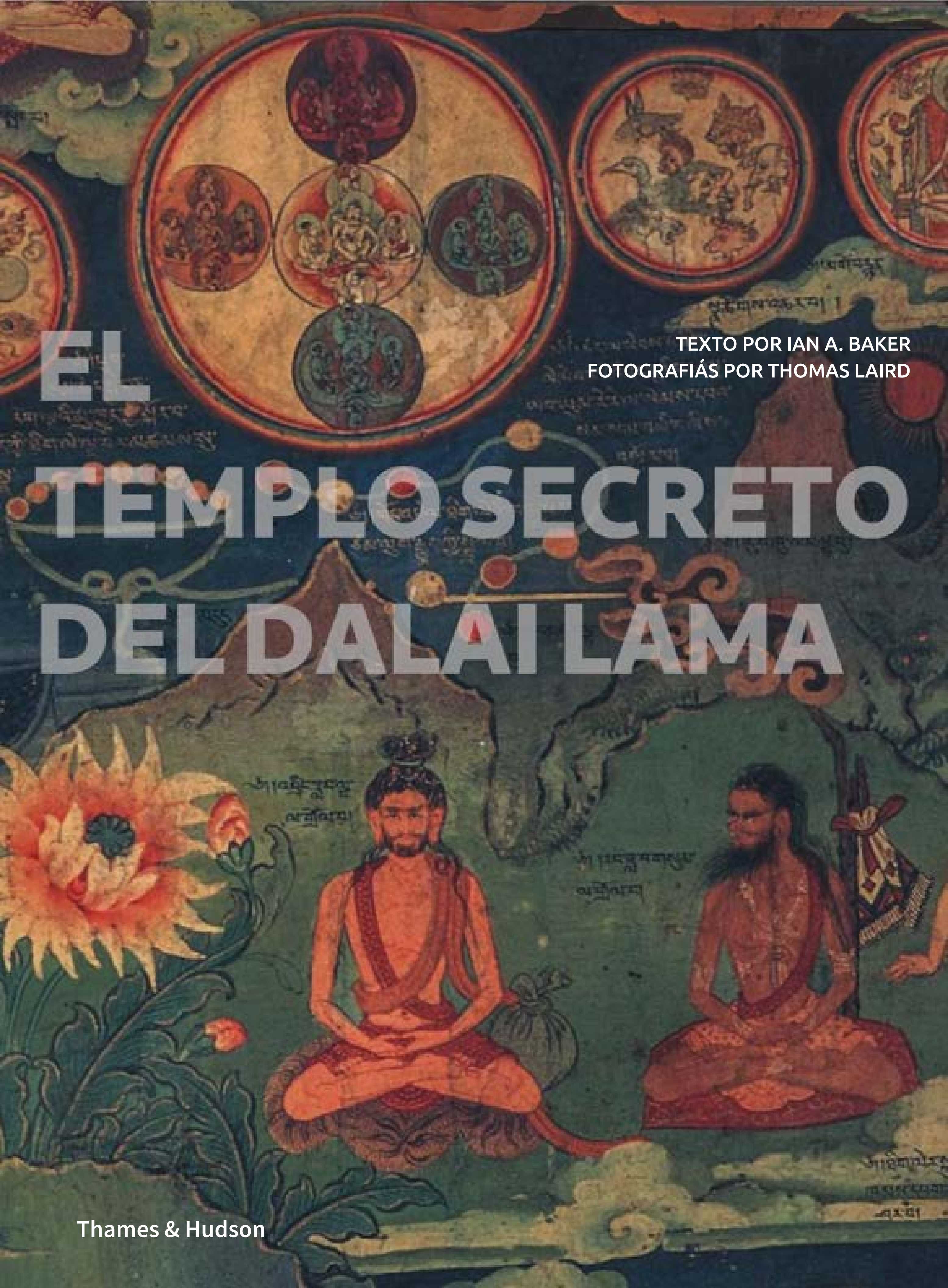
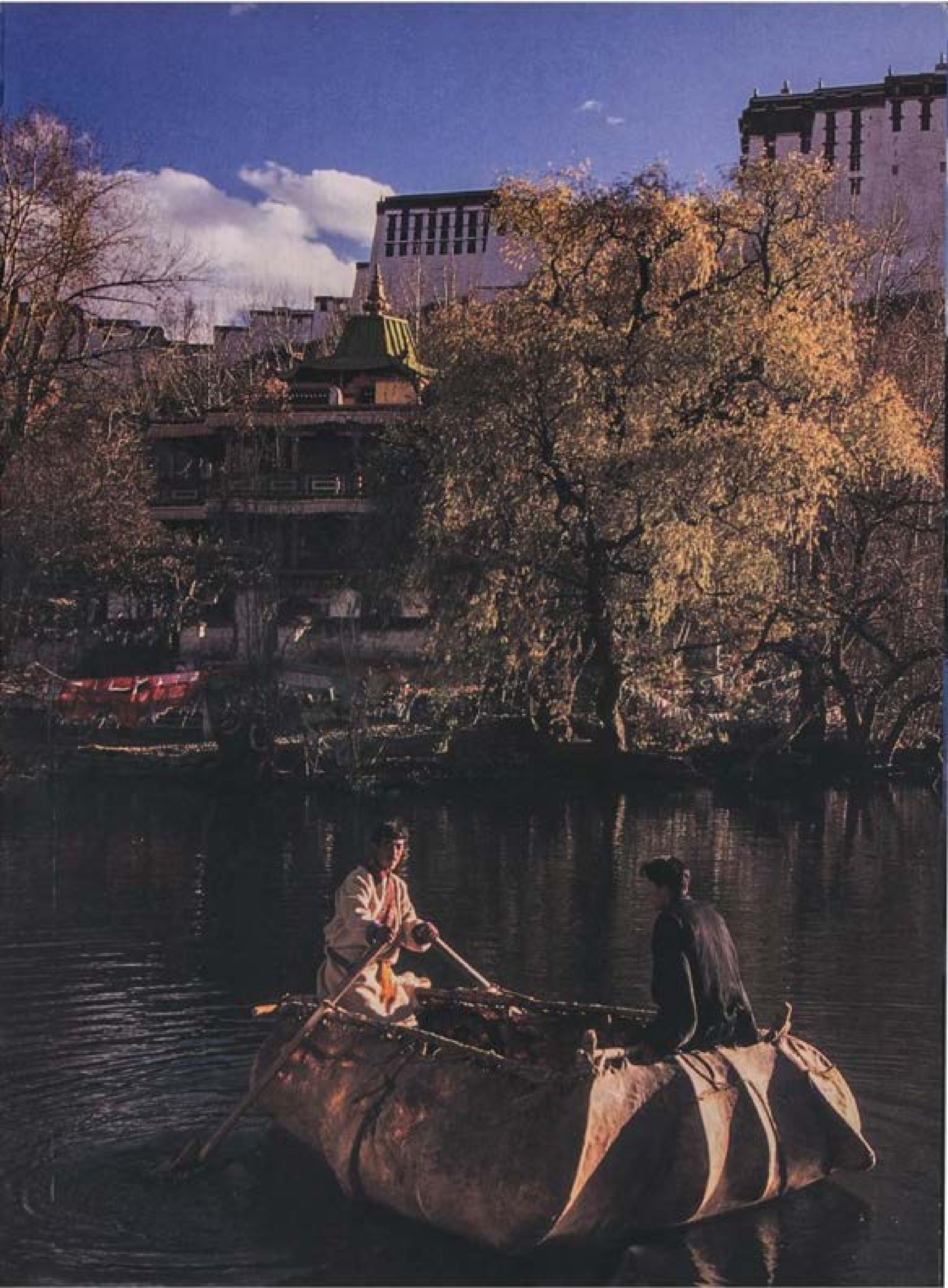
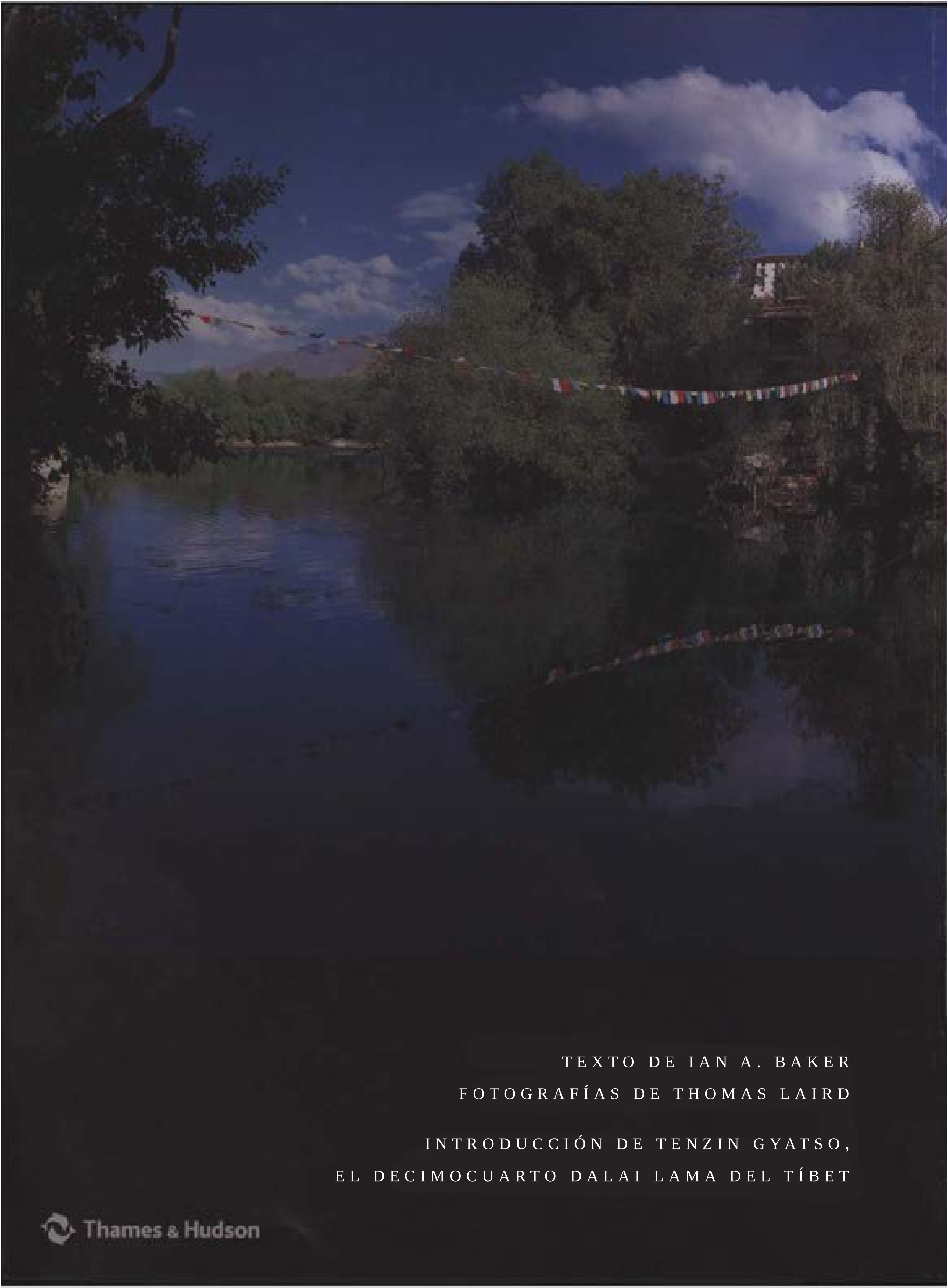


EL TEMPLO SECRETO DEL DALAI LAMA

TEXTO POR IAN A. BAKER
FOTOGRAFIÁS POR THOMAS LAIRD

Thames & Hudson





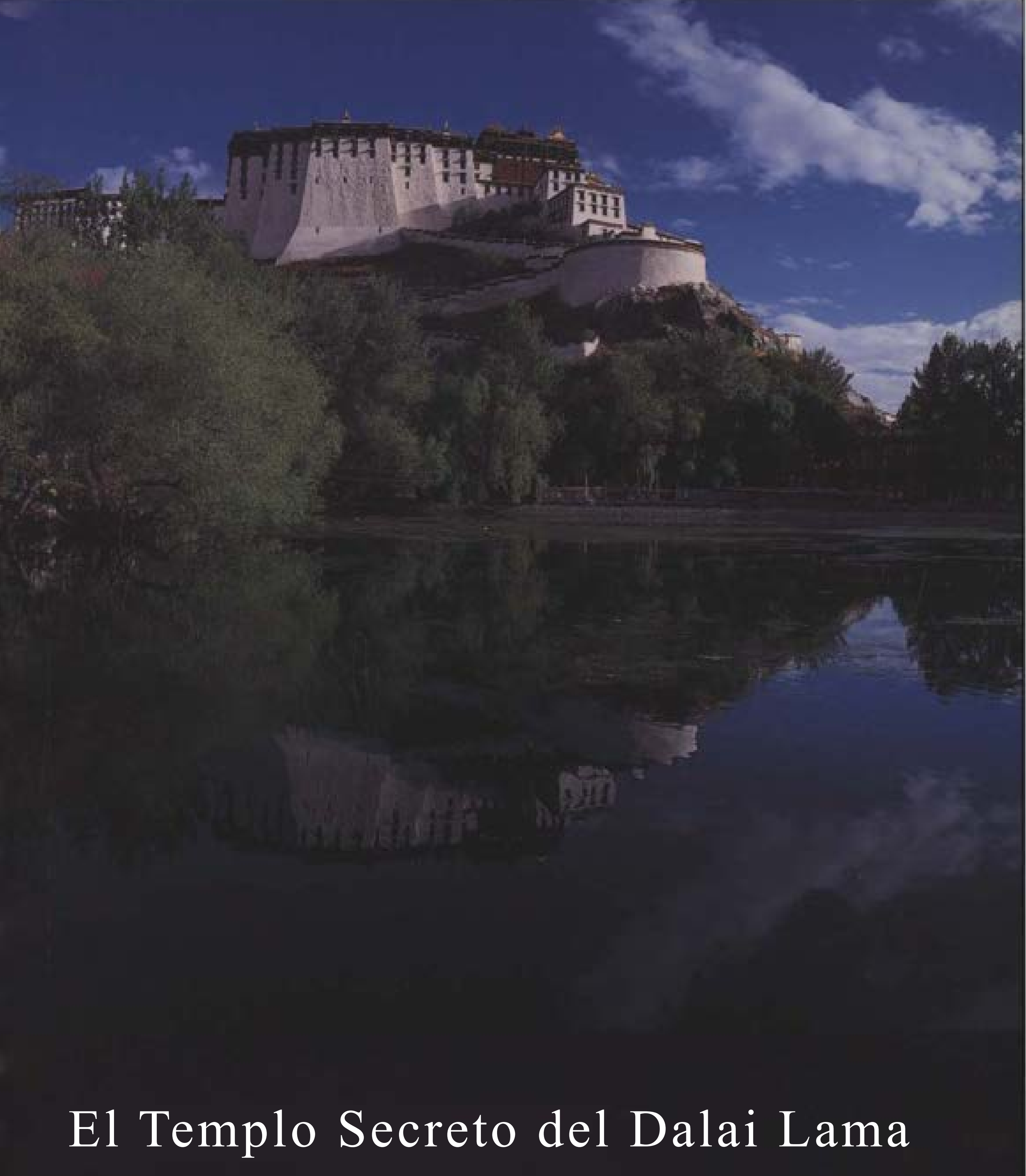
TEXTO DE IAN A. BAKER

FOTOGRAFÍAS DE THOMAS LAIRD

INTRODUCCIÓN DE TENZIN GYATSO,

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA DEL TÍBET

Thames & Hudson



El Templo Secreto del Dalai Lama

Pinturas Murales Tántricas del Tíbet

CON 188 ILUSTRACIONES, 150 EN COLOR

Los editores agradecen profundamente el apoyo iluminado de la Academia de Everything Is Possible y su presidente, cuyas entusiastas iniciativas ayudaron en gran medida a producir la primera y posteriores ediciones de este volumen.

“Todo lo que es sagrado,
todo lo que debe seguir siendo sagrado,
debe estar revestido de misterio”.

STEPHANE MALLARMÉ *Arte para Todos* (1862)

Página 1: Un peregrino Tibetano es transportado en barco hasta el templo insular de Lukhang (el retiro privado de los Dalai Lamas) en una barca tradicional de piel de yak. Al fondo se alzan los muros septentrionales del Palacio Potala de los Dalai Lamas.

Páginas 2-3: Los empinados muros del Palacio Potala se reflejan en las aguas azul verdosas de un pequeño lago. El Lukhang se encuentra casi oculto en una pequeña isla cubierta de sauces antiguos. Una colorida línea de banderas de plegarias se extiende a lo largo de las tranquilas aguas.

Páginas 4-5: Desde el Norte, solo se puede llegar al Lukhang (Templo de los Espíritus de las Serpientes) en barco. Aunque los niveles inferiores del Lukhang estaban dedicados a los míticos guardianes de la tierra y el espíritu, el piso superior del templo estaba reservado exclusivamente para los Dalai Lamas como lugar de meditación y retiro espiritual. Los sauces y las banderas de plegarias que rodean la pequeña isla está iluminada por el sol del atardecer.

Páginas 6-7: Un yogui tántrico medita en una cámara sellada cultivando visiones internas. Los cuatro lados de su celda de retiro están marcados por pieles de pavo real y espejos circulares, símbolos de la luminosidad innata de la mente. En la tradición Dzogchen del misticismo Tibetano, los adeptos a menudo meditan durante meses en total oscuridad para experimentar la “Luz Clara”. Esta imagen aparece cerca del centro del mural en la pared Occidental del Lukhang.

Publicado por primera vez en el Reino Unido en el 2000 por
Thames & Hudson Ltd, 181A High Holborn, Londres WCIV 7QX

Primera edición en Ingles 2011

Impreso en Ingles y encuadernado en Singapur por C.S. Graphies

Para obtener más información sobre todas nuestras publicaciones, visite www.thamesandhudson.com. Allí podrá suscribirse a nuestro boletín electrónico, consultar o descargar nuestro catálogo actual y comprar cualquier título que se encuentre en imprenta.

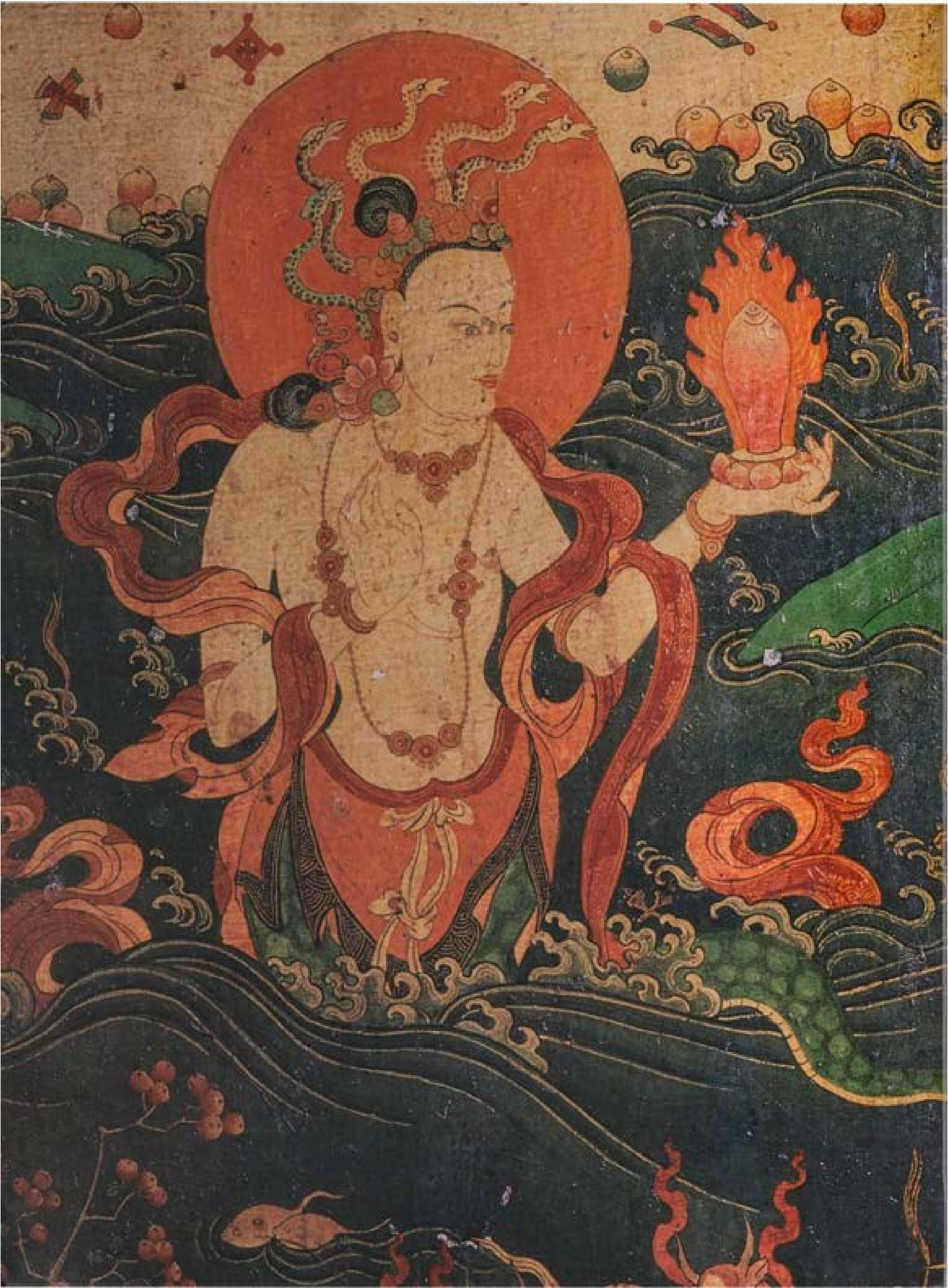








Contenido



Prólogo

“El Cuerpo Eterno del Hombre es la Imaginación,
es decir, el Cuerpo Divino...
(En la Eternidad Todo es Visión).”
William Blake, “Laocoön”

Este libro presenta una extraordinaria serie de pinturas murales del Lukhang, una cámara de meditación privada que antaño utilizaban exclusivamente los Dalai Lamas del Tíbet. Las disciplinas yóguicas ilustradas en los murales, extraídas de los tesoros revelados del maestro de meditación Nyingma, Rigdzin Perna Lingpa (1450-1521), pertenecen al nivel más alto del Tantra Budista, y en particular al Dzogchen, las enseñanzas de la “Gran Perfección”. Como explica Su Santidad el Dalai Lama, estas técnicas avanzadas se mantenían tradicionalmente en secreto, ya que practicarlas sin una guía personal puede provocar desequilibrios en la mente y el cuerpo. Sin embargo, en el contexto adecuado, las prácticas ilustradas en los murales de Lukhang pueden conducir rápidamente a la emancipación total del sufrimiento humano. Al presentar estas pinturas a un mundo más amplio, el Dalai Lama expresa su creencia de que, en la época actual, las ideas erróneas sobre el Tantra se resuelven mejor mediante una revelación cautelosa y autorizada.

Incluso sin comentarios, los murales de Lukhang transmiten una visión atemporal de uno de los sistemas de iluminación espiritual más profundos del mundo. Los lamas y las personas que han contribuido a esta obra tienen la esperanza de que los murales visionarios de Lukhang sean respetados como símbolos vivos de la tradición Tántrica interior del Tíbet. Este libro se ofrece, por tanto, como un objeto de contemplación que, a través de sus imágenes resonantes, presenta nuevos modos de conciencia y percepción; un espejo del vasto potencial del espíritu humano. De ninguna manera debe considerarse esta obra como un relato definitivo de las pinturas en sí, y menos aún del Dzogchen, la Gran Perfección, que, como dijo Su Santidad, nunca puede expresarse en meras imágenes y palabras.

En este libro, los términos Tibetanos se han traducido en su equivalente fonético. Para una mayor clarificación de las palabras originales Tibetanas y Sánscritas, consulte el glosario de las páginas 211 a 215. Si esta obra inspira una investigación más profunda sobre las fuentes de estas extraordinarias pinturas y, más aún, si estas imágenes de estados exaltados ayudan a los seres a ver de manera sostenida más allá de lo que actualmente aparece “como a través de un cristal oscuro”, este libro habrá cumplido su propósito. Como se afirma en los Tantras Dzogchen: “La mente luminosa y despierta está siempre presente; simplemente necesitamos reconocerla”. Que estas pinturas, sobre las que alguna vez meditaron los líderes más reverenciados del Tíbet, ayuden a abrir las puertas ocultas de la percepción. ¡Que los guardianes Naga sean siempre indulgentes con cualquier error que haya ocurrido en la presentación!

Ian Baker
Khyung Dzong (Tailandia)
6 de Marzo de 2011

Los Lu, o nagas, son espíritus acuáticos con forma de serpiente, que se cree que son los guardianes de los tesoros terrenales y del conocimiento espiritual. Esta Naga femenina sostiene un *norhu* llameante, o joya que concede los deseos –un símbolo de los poderes inexplotados de la mente humana.

Dibujos a Pincel y Tinta



EL DALAI LAMA

Introducción

Durante mis últimos años en el Tíbet, a menudo me paraba en el techo del Palacio Potala y miraba hacia abajo con un telescopio al templo de Lukhang y al lago que lo rodea. Este templo había sido un lugar de retiro privado para los Dalai Lamas del Tíbet desde la época del Sexto Dalai Lama, de quien se dice que diseñó el templo tal como se encuentra ahora.

Lamentablemente, tuve que abandonar el Tíbet antes de poder visitar el Lukhang. No fue hasta que viví en la India que mis tutores me describieron las extraordinarias pinturas que cubren las paredes de la capilla superior del Lukhang. Estos murales ilustran algunas de las enseñanzas más elevadas de la tradición Tántrica del Tíbet y, en particular, las prácticas de meditación asociadas con el Dzogchen, una de las tradiciones más antiguas del Budismo en el Tíbet.

El Lukhang sirvió como lugar de retiro para las encarnaciones anteriores de los Dalai Lamas desde finales del siglo XVII hasta la invasión China de nuestra patria en la década de 1950. Un día al año, durante la luna llena del cuarto mes Tibetano, el Lukhang se abría a los peregrinos que cruzaban el lago en barcas cubiertas de pieles para hacer ofrendas a los Lu, los espíritus del agua que, según muchos Tibetanos, residen debajo del lago. Ese día, los miembros de la corte Tibetana hacían picnics en la isla y realizaban danzas especiales en honor a los Lu.

Bajo la administración comunista, el Lukhang y sus alrededores se han convertido en un parque público. La mayoría de las estatuas y objetos preciosos originales que se guardaban en el templo han sido retirados. Afortunadamente, las pinturas murales del piso superior, los mayores tesoros del Lukhang, todavía están relativamente intactas.

En un principio, las prácticas Tántricas ilustradas por estos murales se revelaron solo después de años de estudio y meditación con un maestro cualificado. Sin comprender el contexto de la compasión, la mente despierta y la vacuidad de la existencia inherente dentro del cual funcionan, los métodos del Dzogchen y el Tantra del Yoga Supremo podrían malinterpretarse fácilmente. Sin embargo, creo que estas pinturas pueden ser una fuente de profunda inspiración incluso para aquellos que no han tenido un contacto previo con el Budismo Tibetano. Por lo tanto, me complace mucho presentar este libro de Ian Baker y Thomas Laird, quienes están ayudando a llevar estas pinturas a un público más amplio.

Tenzin Gyatso,
El Decimocuarto Dalai Lama del Tíbet
8 de Octubre de 1999

La Joya en el Lago

“Dulce, dulce la canción del Gandharva... las cuerdas del laúd,
claras, claras en nuestros oídos, trayendo alegría al corazón.
Lamiendo, lamiendo alrededor del Templo del Señor de los Nagas.
¡Silencio, silencio! Eres un rival para los grandes océanos y mares”.

Thubten Gyaltsen, atribuido al
El sexto Dalai Lama
1682-1706

El Lukhang –“Templo de los Espíritus Serpientes”– se eleva sobre un bosquecillo de sauces en un lago detrás del Palacio Potala en Lhasa, la capital del Tíbet. Su Santidad el Dalai Lama se refiere a este templo insular poco conocido como una de las joyas ocultas de la civilización Tibetana. En el piso superior, al que se accede por una escalera de madera pulida y una trampilla, hay una pequeña habitación donde los Dalai Lamas del Tíbet se retiraban para períodos de meditación profunda. Ya hace tres siglos, artistas desconocidos embellecieron las paredes de esta cámara secreta de meditación con pinturas extraordinarias, únicas en la historia del arte Tibetano. Una presentación visual del viaje espiritual, estos murales inspiraron encarnaciones sucesivas de Dalai Lamas en su camino hacia la iluminación.

Originalmente, solo los Dalai Lamas y sus asistentes cercanos veían los murales en las paredes de Lukhang, de manera muy similar a como los temas religiosos pintados en el techo de la Capilla Sixtina en Roma estaban destinados principalmente a los ojos de los papas. Sin embargo, al igual que el Vaticano, este santuario antaño apartado ahora está abierto al público. Anteriormente solo se podía llegar en barco, los peregrinos ahora cruzan un puente peatonal de estilo Chino y, después de rodear la pequeña isla, serpentean hasta la capilla más alta de Lukhang. Con lámparas de mantequilla en la mano, circunvalan la cámara sagrada; los murales circundantes están ocultos en gran parte tras rejas protectoras de madera y alambre de gallinero.

Antes de la “liberación” del Tíbet por parte de China en los años 50, las capillas inferiores del Lukhang se abrían a los visitantes sólo el día de luna llena del cuarto mes Tibetano –una fecha que conmemora el nacimiento, la muerte y la iluminación del Buda Sakyamuni. En este auspicioso día de principios de verano, los peregrinos de Lhasa y las zonas circundantes se reunían para hacer ofrendas a los Lu, o Nagas –los espíritus serpentinos del agua y la prosperidad a los que está dedicado el templo. Los Tibetanos veneraban a estos seres equívocos no sólo con ritos esotéricos, sino también con bailes, cantos y generosas cantidades de *chang* –una bebida embriagadora elaborada a partir de cebada fermentada. En su entusiasmo, los peregrinos ebrios a menudo se caían de las cubiertas de los barcos de piel de yak que los transportaban a través del lago. Hugh Richardson, jefe de la Misión Británica en Lhasa de 1936 a 1950, describió el festival de la siguiente manera: “Desde temprano en la mañana el aire se llena de nubes de humo de incienso de las hojas de artemisia, rododendro y ramitas de enebro... En esa época del año –finales de Mayo o principios de Junio- el clima suele ser muy cálido... los Shappes [ministros del gabinete] son llevados en botes de cuero al templo para hacer sus ofrendas, después

de lo cual se retiran a una tienda entre árboles en una agradable orilla verde junto al lago para descansar y disfrutar de un almuerzo prolongado durante el cual los Lugarpa, un grupo de bailarines, bailan y cantan para ellos. Luego se embarcan de nuevo en los botes y, a la sombra de grandes sombrillas lacadas en rojo, hacen el circuito del templo. Los Lugarpa los acompañan en otros botes, cantando y tocando una variedad de instrumentos y haciendo las ofrendas 'blancas' adecuadas a las deidades Naga. Cuando los Shappes se han ido, otros funcionarios también están allí. remaron alrededor del templo y después de ellos, un gran número de personas que habían estado disfrutando de picnics junto al lago, vestidas con sus mejores galas, subieron a las barcas y recorrieron el templo con muchos cánticos y risas. Es una escena alegre y colorida."[1]

El origen del Lukhang se atribuye a visiones místicas del Quinto Dalai Lama, que gobernó el Tíbet entre 1642 y 1682. Durante la construcción del Palacio de Potala, la argamasa para los muros del palacio se excavó bajo el contrafuerte rocoso que sirve de cimiento al Potala. Poco a poco se formó un gran pozo que se llenó de agua de manantiales subterráneos. La leyenda cuenta que, en esa época, una Lumo, o Naga femenina, visitó al Quinto Dalai Lama durante sus meditaciones y le advirtió de la destrucción del hábitat primigenio de los Nagas. El Dalai Lama prometió que cuando se completara el Palacio Rojo, el núcleo del Potala, dedicaría un templo a los espíritus desplazados en el lago que se había formado sobre la tierra profanada. Desafortunadamente, el Gran Quinto, como se le conocía, murió antes de poder cumplir su promesa, y le correspondió a su siguiente encarnación, Tsangyang Gyatso, completar su trabajo.

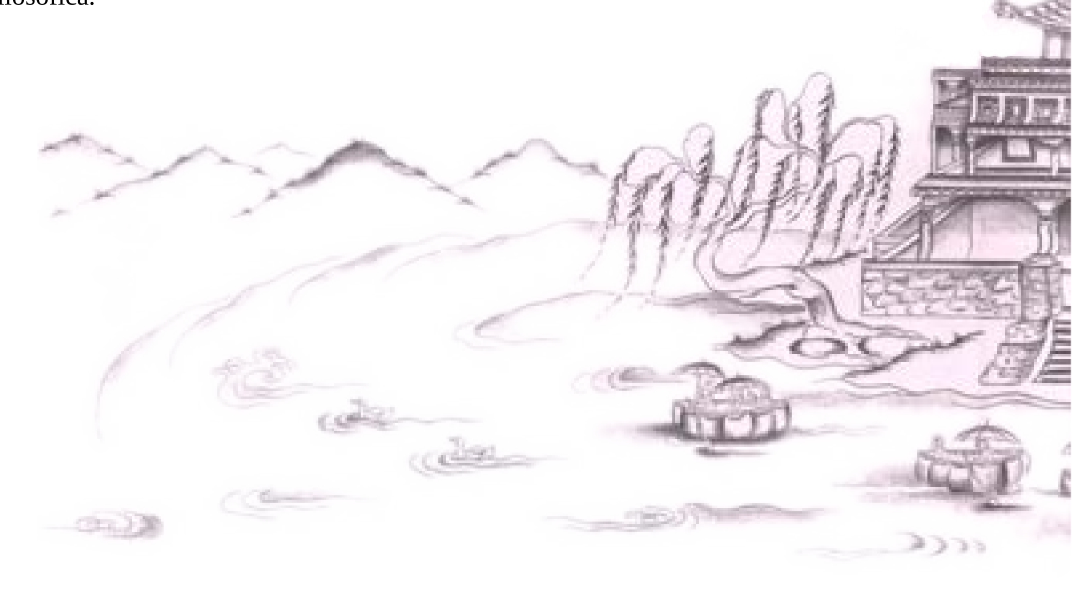
El sexto Dalai Lama fue entronizado en Lhasa en 1697. Menos dispuesto que sus predecesores a los deberes religiosos y ceremoniales, Tsangyang Gyatso fue el único Dalai Lama que renunció a sus votos monásticos. Integrando la visión espiritual con los placeres mundanos, el sexto Dalai Lama componía poemas místicos de amor y entretenía a sus amantes junto al lago detrás del Potala. Aunque los registros definitivos sobre la construcción del Lukhang siguen siendo esquivos hasta ahora, el diseño del pabellón original de la isla se atribuye en gran medida a la visión estética del joven Dalai Lama y su mentor, el regente en funciones Desi Sangye Gyamtso.

Reflejando las influencias culturales y políticas de finales del siglo XVII, el Lukhang combina elementos de la arquitectura Tibetana, China y Mongola.

Los pisos superiores del templo están rodeados por balcones enrejados salientes, típicos de los pabellones de la dinastía Ming. Las esquinas del tejado hexagonal de “estilo Mongol” terminan en campanillas de viento y dragones dorados. Todo el templo está inscrito por una pared circular que, a su vez, está rodeada por un anillo de antiguos y sinuosos sauces que crecen a lo largo del borde del lago lleno de carpas. Mirando hacia abajo desde el tejado del Potala, el templo emerge de las brillantes aguas como un mandala tridimensional –una representación microcósmica del universo Budista.

Los dos pisos inferiores del Lukhang están dedicados en gran parte a los espíritus que habitan en el agua llamados Lu o Nagas. En gran parte de Asia, estos seres con forma de serpiente son venerados como los señores de la lluvia y la fertilidad. Hasta el día de hoy, los agricultores del valle de Lhasa traen segmentos recién excavados de sus campos a las orillas del lago Lukhang con la esperanza de asegurar buenas cosechas. Sin embargo, a un nivel esotérico, los Nagas son venerados como guardianes del conocimiento espiritual. La capilla de la planta baja del Lukhang alberga una imagen bañada en oro del señor Naga con cresta de serpiente, Maldrozichen, cuya emisaria visitó al quinto Dalai Lama durante sus meditaciones. El piso superior alberga una gran estatua dorada de Nagendraraja, la forma que adoptó el Buda Sakyamuni para domar el reino subterráneo de los Nagas; las nueve serpientes que se elevan sobre su cabeza simbolizan la conversión de los nueve reyes Naga. Las paredes Sur y Este de este piso intermedio representan episodios de la popular ópera Tibetana llamada “Perna Öbar.” El drama relata el viaje de una encarnación temprana del sabio Tántrico, Padmasambhava, al reino submarino de un rey Naga donde recupera una codiciada joya que concede deseos: Un símbolo, en el Budismo Tibetano, de los poderes ocultos de la psique humana.

Simbólicamente, los Nagas que se encuentran en las cámaras inferiores del Lukhang protegen el mayor tesoro del templo –la cámara de meditación privada de los Dalai Lamas en el piso superior. Mientras que muchas de las estatuas originales del Lukhang fueron destruidas durante la Revolución Cultural de China, los murales que adornan esta cámara secreta, que parecen joyas, milagrosamente escaparon a daños graves. Estas pinturas murales líricas y misteriosas representan un momento único en la historia del arte Tibetano. En ningún otro lugar se ilustran con tanta valentía las prácticas esotéricas de la tradición Tántrica del Tíbet, y en ningún otro lugar el arte Tibetano ha logrado una síntesis tan extraordinaria de creatividad y profundidad filosófica.



Aunque el arte Tibetano abarca una amplia gama de temas históricos y religiosos, las prácticas místicas de los Tantras Budistas siempre se han transmitido oralmente de maestro a discípulo en un “linaje susurrado.” Solo en los murales de Lukhang se han expresado estas enseñanzas yóguicas secretas de forma tan abierta. Los murales, que ilustran las disciplinas espirituales seguidas por los Dalai Lamas en su camino hacia la iluminación, ofrecen una visión sin precedentes de las prácticas más íntimas de la tradición Nyingma.

Las pinturas ilustran métodos que se cree que conducen rápidamente al despertar espiritual. En la pared Norte, los murales se centran en técnicas yóguicas para transformar las esencias sutiles del cuerpo físico y desarrollar su mandala interior de *chakras* y canales de energía psíquica. La pared Occidental ilustra prácticas utilizadas en la tradición de Dzogchen, la Gran Perfección, en la que la mente percibe directamente su Naturaleza de Buda interior. Los retratos de sabios Tántricos reverenciados que cubren la pared Oriental celebran la compasión y los poderes espirituales que surgen espontáneamente a través de la práctica de los métodos ilustrados en las otras dos paredes. Como afirmó el Dalai Lama, las vidas ejemplares de estos maestros del camino Tántrico reflejan un potencial oculto latente en todos los seres.

Aunque el actual Dalai Lama no pudo visitar el Lukhang antes de su repentina huida al exilio en 1959, afirmó que: “Las pinturas murales del Lukhang representan las prácticas meditativas del Dzogchen practicadas por los Dalai Lamas desde la época del Gran Quinto. Muestran las formas prácticas en que el cuerpo y la mente pueden transformarse y alcanzar un estado de omnisciencia. Son ejemplos de cómo el arte –en su manifestación más elevada– puede revelar un camino que las palabras nunca pueden expresar por completo.”

En un paisaje visionario digno de El Bosco, los murales representan adeptos espirituales dedicados a prácticas contemplativas que tradicionalmente se ocultaban incluso a los monjes Tibetanos ordenados. Los escenarios surrealistas y oníricos de los murales y el simbolismo esotérico desafían el fácil acceso incluso a los iniciados. Un análogo visual del “lenguaje crepuscular” en el que se codifica gran parte de la literatura Tántrica, las pinturas son a menudo oscuras y sugerentes, instando al espectador a ir más allá de las interpretaciones literales. Algunas secciones de los murales están acompañadas de inscripciones que, citando varios textos Tántricos, iluminan el significado detrás de imágenes



específicas y sirven como instrucciones para la meditación y el yoga Tántrico. Sin embargo, más que un tratado ilustrado sobre la técnica mística, los murales invocan directamente las experiencias meditativas más elevadas del Budismo Tibetano en visiones que parecen anticipar el arte abstracto de principios del siglo XX. Los murales cumplen una función ritual en la medida en que buscan "generar nuevas relaciones entre las personas y lo sagrado, ser un medio para la transformación del yo."[2]

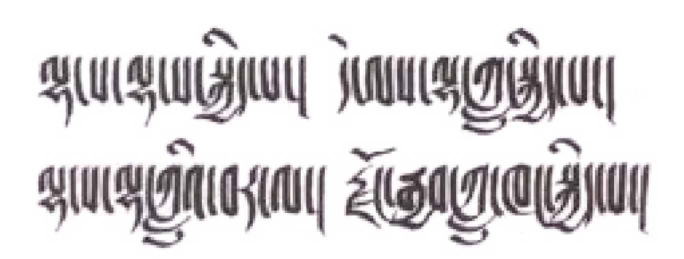
El Lukhang es un santuario oculto poco conocido incluso por aquellos peregrinos que viajan a Lhasa, la antigua capital del Tíbet. Aislado bajo los muros del Norte del Palacio Potala de mil habitaciones y rodeado de árboles, el Lukhang es fácil de pasar por alto. Sin embargo, oculto en una cámara de seis metros por seis metros (veinte pies por veinte pies) hay murales visionarios que revelan la base, el camino y el fruto de las formas más elevadas de contemplación Budista. El actual Dalai Lama ha instado a que estas pinturas, que en su día fueron secretas, se presenten a un público más amplio. Este libro ofrece, por tanto, una visión sin precedentes de las prácticas Tántricas que ayudaron a transformar a los Dalai Lamas en encarnaciones vivientes de la sabiduría, el poder y la compasión. En imágenes a la vez trascendentales e íntimamente humanas, las pinturas murales de Lukhang retratan métodos prácticos en la búsqueda perenne de la humanidad de la plenitud espiritual. Insuperables en la historia del arte Tibetano, estos murales ocultos revelan la esencia de las enseñanzas Budistas, mientras que su estilo y composición ofrecen una visión de uno de los mayores períodos de creatividad e innovación artística del Tíbet.

Desde su génesis como santuario para serpientes ctónicas hasta un templo apartado que preserva un registro visual de las tradiciones más esotéricas del Tíbet, los murales secretos de Lukhang son una de las mayores joyas de la civilización Tibetana. Muchos Tibetanos creen que el simple hecho de ver estas imágenes veneradas abre la mente a verdades espirituales ocultas. Como dijo Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama: "¡Que sirvan de inspiración para todos los que las vean!."

"Así como la Joya del rey Naga cumple todos los deseos...
La Bodichita, el Pensamiento de la Iluminación, es el
remedio supremo para todos los deseos imaginables."

El Séptimo Dalai Lama

Un yogui practica *tummo*, el yoga del calor interior. Como escribió el Séptimo Dalai Lama:
"Las energías vitales generadas por medios internos o externos son atraídas hacia el canal central de uno, haciendo que los fuegos místicos brillen... Las letras AH y HAM brillan, caen y vibran, transportando a uno al final del camino primordial de la visión y la Gran Dicha. Las luces del fuego místico destellan en cien direcciones, invocando las bendiciones de los Budas ilimitados como el espacio."

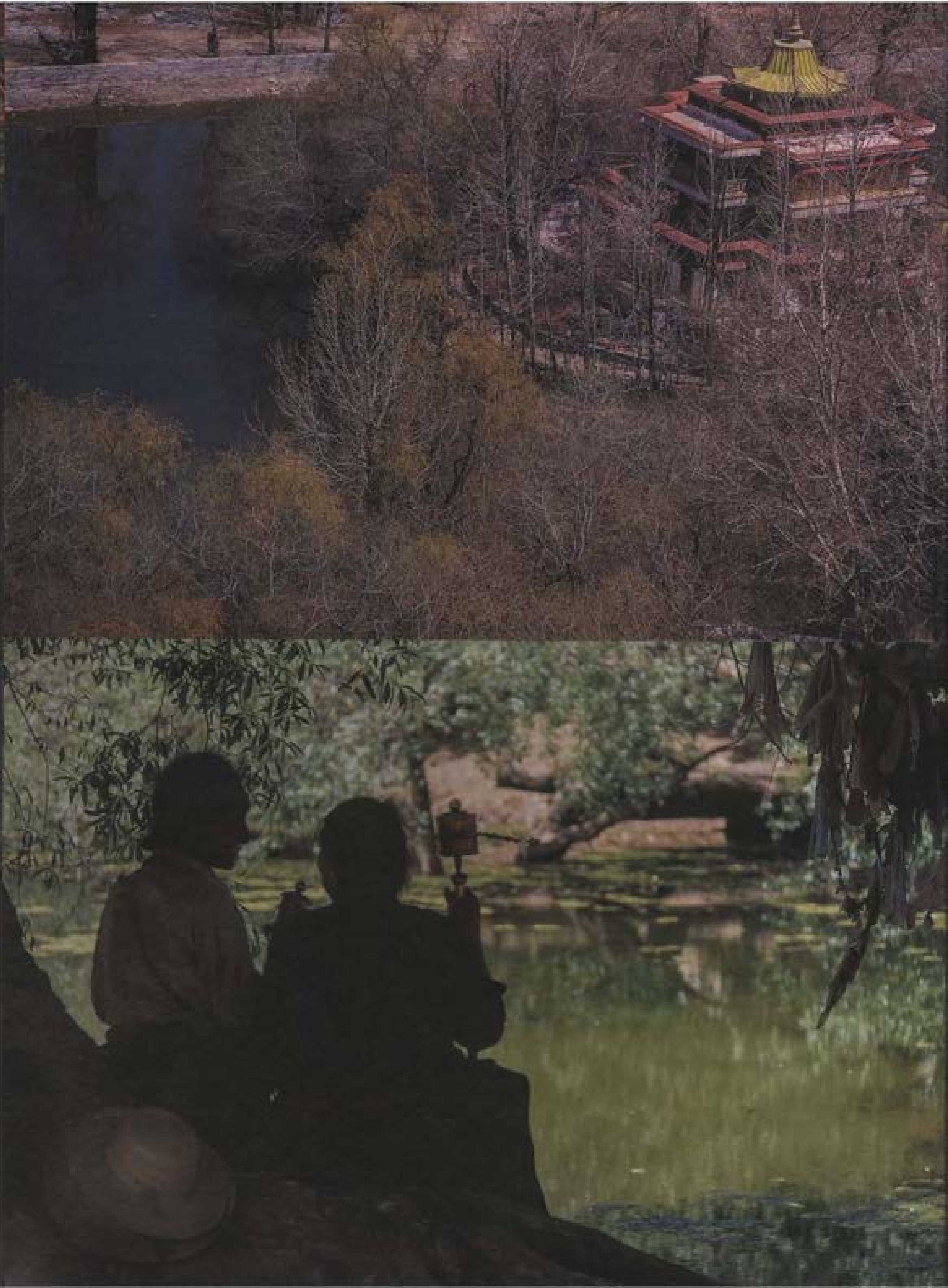






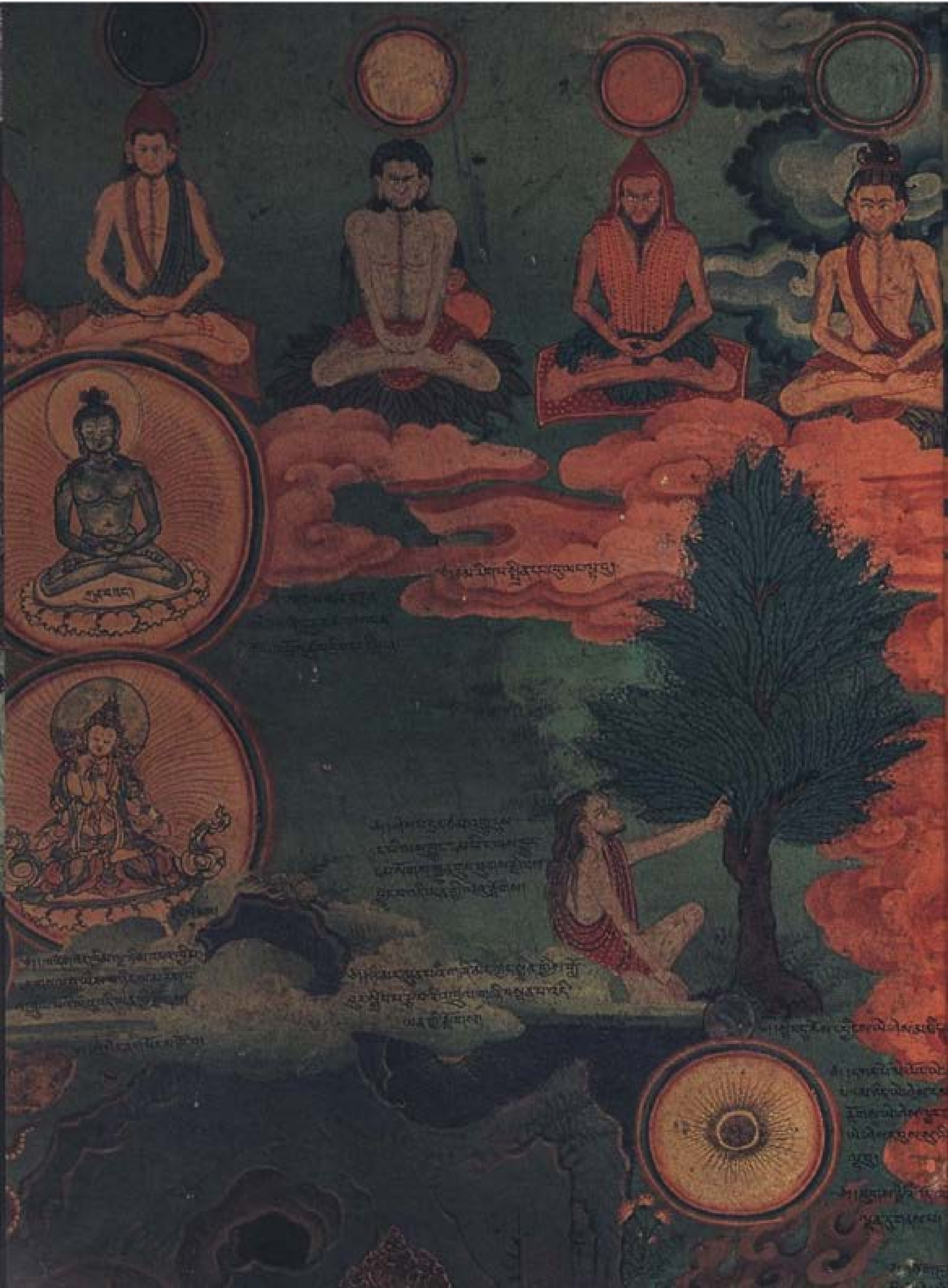
Se cree que las emanaciones de las profundidades ctónicas, Lu o Nagas, influyen en la circulación de las energías vitales del cuerpo. Sus poderes también están asociados con la fertilidad de la tierra y los fenómenos meteorológicos como la lluvia y las inundaciones. Fue a estas energías atávicas de la tierra y la psique a las que se dedicó por primera vez el Lukhang.







Mirando hacia abajo desde el techo del Palacio Potala de los Dalai Lamas, el Lukhang (en la foto de enfrente, arriba) se eleva desde un lago profundo como un mandala tridimensional. Los peregrinos (en la foto de enfrente, abajo) visitan el lago sagrado y encienden lámparas de mantequilla en la capilla principal (abajo) del pequeño templo de la isla. Hacen ofrendas a una imagen dorada del Señor de los Nagas (abajo a la derecha) y a una estatua de mil brazos de Avalokiteshvara en el piso superior (derecha). Se considera que los Dalai Lamas del Tíbet son emanaciones humanas de este Bodhisattva de la Gran Compasión. Como afirmó Su Santidad: “El verdadero Avalokiteshvara es la compasión misma... una cualidad ideal que debemos esforzarnos por cultivar hasta un grado ilimitado.”







El Ascenso de los Dalai Lamas

"Sin esperar nunca beneficiarnos sólo a nosotros mismos,
hacemos el voto de dedicarnos al Gran Camino únicamente para los demás...
para satisfacer constantemente las necesidades de los seres,
que podamos alcanzar rápida y fácilmente el estado de Buda."

El primer Dalai Lama
1391-1474

El Quinto Dalai Lama –Ngawang Lobsang Gyamtso– conocido popularmente como "El Gran Quinto," nació en 1617, el Año de la Serpiente de Fuego Femenina, y gobernó el Tíbet desde 1642 hasta 1682. No sólo fue reverenciado como el primer líder temporal y espiritual de un Tíbet unificado, sino que también fue conocido como un gran místico. Sus visiones secretas fueron registradas por artistas en una serie de pinturas en la *Biografía Sellada y Secreta* escrita durante la última parte de su reinado. Aparte de estas visiones esotéricas del ritual Tántrico, el Quinto Dalai Lama también era conocido por sus encuentros visionarios con Lu, o Nagas, espíritus serpentinos del inframundo que, según se creía, controlaban la fertilidad de la tierra y, como los dragones de la mitología Occidental, eran guardianes de la riqueza y el conocimiento oculto.

Un antiguo mito Tibetano de la creación registrado en una escritura prebudista llamada *Lu-hum*, o *Los Cien Mil Espíritus Serpiente*, describe cómo el cuerpo de una mujer Naga dio origen a las características del universo: El cielo surgió de la parte superior de su cabeza. Su ojo derecho se convirtió en la luna y su ojo izquierdo en el sol. Sus dientes se transformaron en planetas, su voz en truenos, su aliento en nubes y sus venas en ríos. En la mitología Budista, se dice que un benévolo rey serpiente llamado Muchilinda protegió a Buda con su capucha extendida durante las etapas finales de su iluminación. Los Nagas desempeñaron un papel central en la historia Budista posterior como custodios de los textos sagrados de la *Prajnaparamita*, "La perfección de la sabiduría," que constituye la base de la forma de Budismo Mahayana del Tíbet.

La leyenda Tibetana cuenta que cuando se estaba construyendo el Palacio de Potala, una Lumo, o "reina" Naga, visitó al Quinto Dalai Lama durante sus meditaciones. La Lumo se quejó al Dalai Lama de que se estaba extrayendo argamasa de su morada en el pantano bajo los muros del Norte del Potala.

Páginas anteriores: Una sección del mural Norte de Lukhang muestra a yoguis meditando en un paisaje visionario dominado por una representación del monte Sumeru, el *axis mundi* del universo Budista. Rodeado por cuatro continentes y siete cadenas montañosas concéntricas, Sumeru finalmente se disuelve hacia arriba en reinos más allá de la forma, un símbolo de la identificación del yogui con todo el cosmos.

Página siguiente: Un retrato del quinto Dalai Lama que gobernó el Tíbet desde 1642 hasta 1682. Sostiene en su mano izquierda un Dharmachakra, la Rueda de la Doctrina Budista, mientras que su mano derecha está levantada en el gesto de enseñar. Las visiones místicas del Quinto Dalai Lama le llevaron a hacer el voto de construir un templo en una isla en el lago al Norte del Palacio Potala como santuario para los espíritus serpentinos del agua llamados Lu o Nagas.

Durante estos diálogos místicos, el Quinto Dalai Lama juró dedicar un templo a los desconsolados Nagas en el pequeño lago que se había formado sobre el lugar de la excavación. Según la tradición, solo una vez que estos espíritus serpentinos se apaciguaron, la construcción del Palacio de Potala pudo continuar sin obstáculos. Un episodio similar ocurrió mil años antes durante la fundación del primer monasterio del Tíbet a lo largo de las orillas del río Tsangpo. El rey Trisong Detsen pidió al maestro Tántrico Padmasambhava que subyugase a los señores Naga y los obligase a jurar: "Los Nagas gobiernan los cuatro distritos del Tíbet... Tienen grandes habilidades y poderes milagrosos. Además, son los custodios de los tesoros de la riqueza... Te suplico que pongas a los Nagas como guardianes del templo."[3] Según la leyenda, los Nagas obedientes acabaron suministrando la madera para la construcción de Samye y llenaron las arcas reales con grandes cantidades de oro.

Ya sea que se considere a los Nagas como entidades literales o como potentes iconos de un antiguo pacto con el paisaje Tibetano, el Gran Quinto y los Dalai Lamas que lo precedieron transformaron las creencias animistas prebudistas del Tíbet en poderosos símbolos de renovación espiritual. Al final de un tratado titulado *Disipando la Oscuridad del interior del Corazón*, el segundo Dalai Lama (1475-1542) escribió:

> "Oh, amigos, que vagáis sin rumbo en el océano de la existencia cíclica,
> entre las olas del sufrimiento y la ilusión,
> los codiciosos Nagas nos roban las joyas de la felicidad.
> Buscad con celo la comprensión de la Vacuidad,
> la visión liberadora de la ausencia de entidad propia,
> y cruzad rápidamente a la isla enjoyada de la sabiduría,
> percibiendo todo lo que es."

Un Reino de Nagas

Las primeras crónicas Tibetanas imaginaban a Lhasa y sus alrededores como el dominio de un rey serpiente primigenio llamado Maldrozichen. Este Naga reinante vivía en un lago en el corazón de lo que hoy es la antigua ciudad de Lhasa y era considerado responsable de las inundaciones no poco comunes que arrasaron la ciudad. Una tradición posterior describió a todo el Tíbet como una demonio supina cuyo cuerpo y miembros se extendían por toda la meseta Tibetana. En el corazón de este *srinmo* se encontraba la morada acuática del señor Naga, Maldrozichen. El gran templo Jokhang de Lhasa se construyó en el siglo VII para subyugar y controlar esta fuerza ctónica. Una pesada losa de piedra en el Jokhang todavía cubre el pozo que conduce al reino subterráneo de los Nagas.

En 1905, el teniente coronel L. Austine Waddell describió este portal al inframundo como "una barrera que cierra los manantiales de un antiguo lago. La piedra se retira con misteriosos ritos cada año en el segundo mes, cuando se oye el ruido de un gran viento; se arrojan preciosas ofrendas al dragón que, si no se hiciera esto, haría que las aguas subieran y se tragaran la ciudad."[4]

Diez siglos después de la construcción del Jokhang en el corazón de la capital del Tíbet, el quinto Dalai Lama aprovechó estas mismas fuerzas ambiguas en su voto de construir un santuario para los Nagas, los que otorgan la lluvia, en el lago detrás del Potala. El Dzonggyap Lukhang, literalmente "El Templo de la Serpiente detrás del Fuerte," no sólo fue una adaptación de las antiguas creencias en los espíritus de la naturaleza, sino un monumento al papel del Budismo en la transformación de estas energías primordiales de la tierra y la psique en protectores del camino hacia la iluminación.

Waddell fue uno de los primeros europeos en describir el entorno primigenio de Lukhang, detrás del Potala. También menciona por primera vez un elefante que el rey de Bután regaló al Dalai Lama y que se convirtió en mascota del señor Naga Maldrozichen.

"Rodeamos el pantano de 'pastura' donde el elefante del Gran Lama se alimentaba de malas hierbas, y avanzamos por una avenida de viejos sauces retorcidos, retorciéndose como serpientes, hasta el 'Templo del Dragón' con su techo verde y dorado y su estanque profundo... El encargado dijo que se podían ver dragones jóvenes en el agua del estanque, pero los animales que me señaló eran tritones o salamandras."[5]

En un manuscrito inédito, el erudito Tibetano y maestro Dzogchen, Namkhai Norbu Rinpoche, ofrece una visión más convincente del misterioso entorno del Lukhang. Al igual que Waddell, se refiere a los sauces retorcidos y en espiral que rodean el lago, pero sugiere que indican la presencia continua de poderosas fuerzas elementales que apoyan el logro espiritual profundo.

El Gran Quinto

El título de Dalai Lama –"Maestro Superior vasto como un océano"– fue otorgado por primera vez a Sonam Gyatso (1543-1548), el gran abad del monasterio de Drepung, cuando conoció al gobernante Mongol Altan Khan cerca del lago Kokonor en el Noreste del Tíbet en 1578. Las dos encarnaciones anteriores de Sonam Gyatso, que datan de 1319, fueron posteriormente identificadas como el Primer y Segundo Dalai Lama, estableciendo a Sonam Gyatso como el tercero en una sucesión de maestros espirituales reverenciados como emanaciones de Avalokiteshvara, el Bodhisattva de la Gran Compasión.

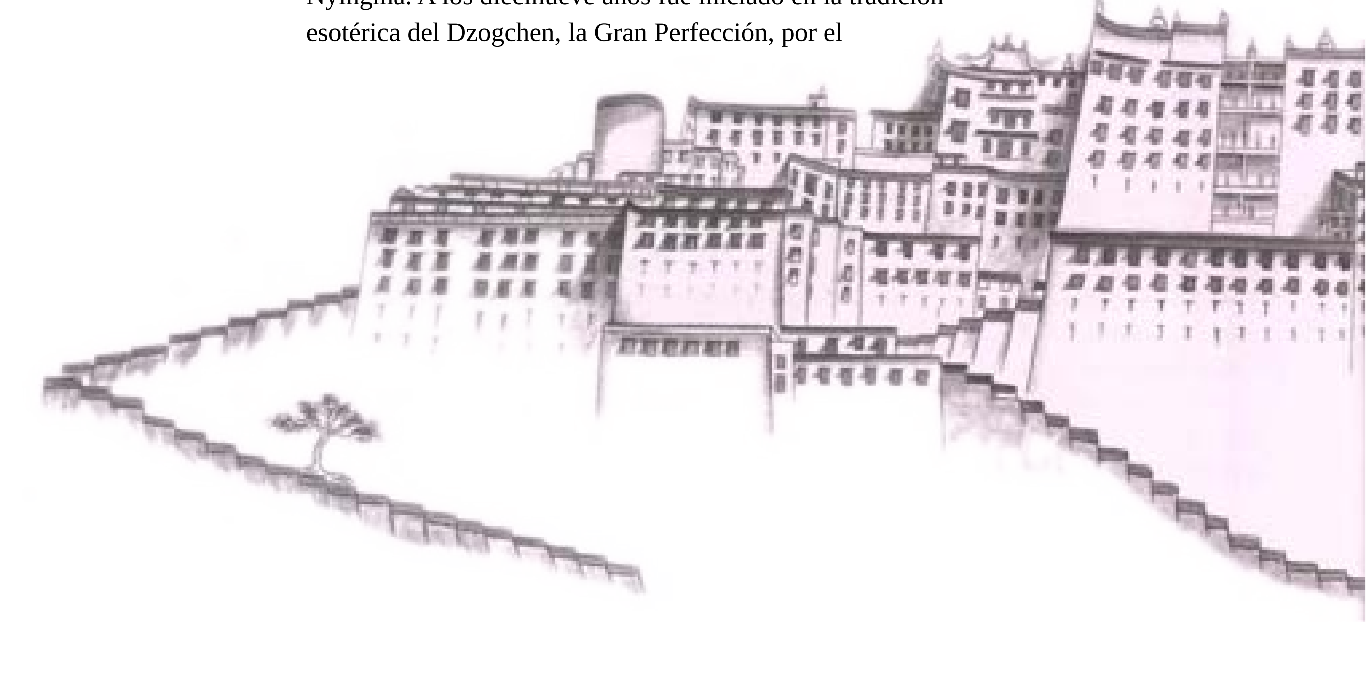
Sin embargo, fue el Quinto Dalai Lama (1617-1612) quien ejerció por primera vez la autoridad benévola por la que los Dalai Lamas se harían famosos mucho más allá de sus fronteras nacionales y culturales. En 1642, Ngawang Lobsang Gyatso

obtuvo la soberanía espiritual y política plena sobre los territorios Tibetanos que habían sido recientemente conquistados por Gushri Khan, el jefe de los Mongoles Khoshuud. El quinto Dalai Lama se convirtió así en el primer gobernante supremo de un Tíbet unificado desde el colapso de la dinastía Yarlung en el siglo IX. Desde entonces, el legado de los Dalai Lamas ha continuado hasta el día de hoy.

El gran historiador y maestro de meditación Nyingma, Dudjom Jikdrel Yeshe Dorje Rinpoche, describió al Gran Quinto como "un rey que se adhirió a los votos de un monje, [una emanación de Avalokiteshvara], el sublime señor del mundo, y de Trisong Detsen, [la encarnación de] Manjusri. Él gobernó el Tíbet y la provincia Oriental de Kham durante la era degenerada como se había predicho en profecías infalibles e indestructibles. De esta manera, fue un gran maestro que mantuvo, incluso hasta el día de hoy, la felicidad de todo el reino del Tíbet, por medio de las dos tradiciones [es decir, la ley espiritual y la temporal]."[6]

Durante el turbulento período de la historia Tibetana a fines del siglo XVII, la institución de los Dalai Lamas proporcionó consuelo e inspiración espiritual a los Tibetanos atrapados en incesantes luchas de poder entre señores Mongoles rivales que competían por el control del Tíbet. La nación se vio además dividida por disputas sectarias entre las órdenes dominantes del Budismo Tibetano, que a menudo recurrían a la brujería para asegurar su poder. El propio Gran Quinto solía realizar rituales elaborados para sofocar la amenaza de una guerra civil y restablecer la armonía dentro del reino. Como observó Dudjom Rinpoche: "cultivaba... los ritos de pacificación, enriquecimiento, subyugación e ira, incluido el ciclo de mantras coléricos."[7]

El período del gobierno del Quinto Dalai Lama marcó un renacimiento de las artes y las ciencias Tibetanas. Además de la filosofía Budista, el Gran Quinto propagó el estudio de la astrología, la medicina, la pintura, la poesía y el Sánscrito y estableció relaciones comerciales e internacionales con la India, Cachemira, China y Mongolia. Sin embargo, la mayor pasión del Quinto Dalai Lama eran las prácticas místicas de la tradición Tántrica interna. Buscó enseñanzas y empoderamientos de todas las escuelas del Budismo Tibetano, en particular los Sakya, los Gelug y los Nyingma. A los diecinueve años fue iniciado en la tradición esotérica del Dzogchen, la Gran Perfección, por el

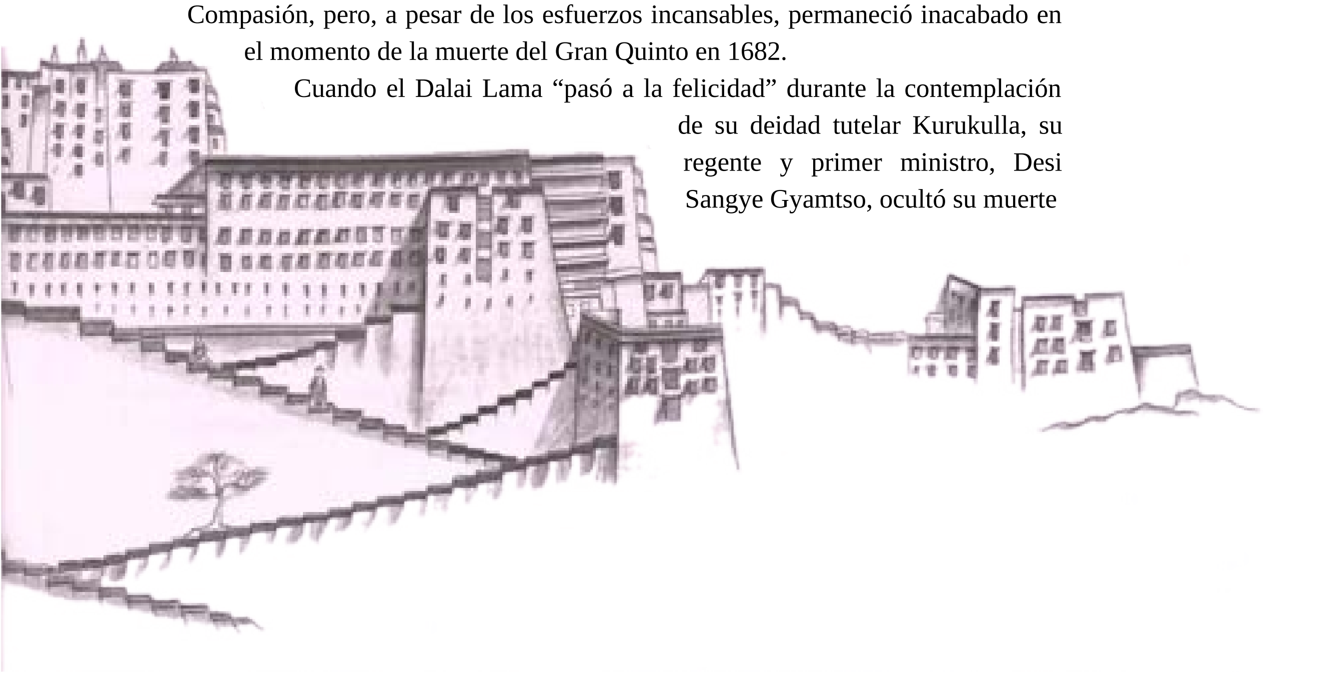


maestro Nyingma Konchok Lhundrup. El Gran Quinto profundizó más tarde su conocimiento del Dzogchen al recibir el *Tantra del Núcleo Secreto* y los *Preciosos Tantras Recopilados de la Escuela de las Traducciones Antiguas* de Orgyen Terdak Lingpa (1646-1714), fundador del monasterio Nyingma de Mindroling. Del maestro Nyingma Zur Choyang Rangdrol, el Quinto Dalai Lama recibió instrucciones sobre ritos mágicos, así como numerosas iniciaciones, transmisiones e instrucciones secretas, incluida la doctrina de la Gran Perfección llamada la *Espiritualidad Interna del Espacio Radiante*.

Al estudiar estas prácticas esotéricas del Nyingma, el Linaje de las Traducciones Antiguas, el Quinto Dalai Lama a menudo se enfrentó a la oposición de sus tutores, que abogaban por la lealtad sectaria a su propia orden Gelug. A pesar del ascenso político de la escuela Gelug reformada que disfrutaba del patrocinio de los kanes Mongoles, el Quinto Dalai Lama persistió, a menudo en secreto, en las prácticas místicas del Dzogchen. En su *Manuscrito Sellado y Secreto*, el Gran Quinto escribió dos comentarios sobre las técnicas de meditación de la Gran Perfección y transmitió su conocimiento a través de la transmisión oral de su “texto tesoro” del Dzogchen llamado *Rinchenshelung*. Como describió el historiador Sampten Karmay al Quinto Dalai Lama: “su existencia terrenal estuvo bañada por un océano de visiones místicas y teofónicas.”[8]

Aparte de las visiones secretas del Quinto Dalai Lama que finalmente llevaron a la creación de los murales de Lukhang, su mayor legado fue el Palacio de Potala, que sirvió como un poderoso símbolo para la nación Tibetana emergente. El palacio de mil habitaciones sugería los mil brazos y ojos de Avalokiteshvara, el Bodhisattva de la Gran Compasión que se cree que encarna continuamente en forma humana como gobernante supremo del Tíbet. La construcción del Potala comenzó en 1645 en una colina rocosa, donde se encontraba una cueva de meditación y un antiguo palacio construido por el primer emperador Tibetano, Songtsen Gampo, que unificó el Tíbet en el siglo VII. El Potala, construido sobre estos cimientos sagrados, tenía paredes altas y techos dorados que evocaban el paraíso celestial del Bodhisattva de la Gran Compasión, pero, a pesar de los esfuerzos incansables, permaneció inacabado en el momento de la muerte del Gran Quinto en 1682.

Cuando el Dalai Lama “pasó a la felicidad” durante la contemplación de su deidad tutelar Kurukulla, su regente y primer ministro, Desi Sangye Gyamtso, ocultó su muerte



durante catorce años para completar la construcción del Potala. El Desi explicó al público que el Dalai Lama había entrado en un retiro de meditación. Todos los días se preparaban comidas y, en ocasiones importantes, un sustituto se vestía con las túnicas del Dalai Lama y se paraba en las murallas del Potala para otorgar bendiciones. Durante este período de transición, Desi Sangye Gyatso ejerció de gobernante del Tíbet. Propagó las artes y continuó la labor de unificación mientras buscaba en secreto la siguiente encarnación de Avalokiteshvara, el Bodhisattva de la Gran Compasión y protector del Tíbet y su gente.

El Sexto Dalai Lama

El Sexto Dalai Lama, Rinchen Tsangyang Gyatso (1683-1746), nació en una renombrada familia Nyingma descendiente del gran "revelador de tesoros" Tertön Perna Lingpa en las regiones boscosas de Mön, en el Sur del Tíbet. Criado en secreto durante el período posterior a la muerte del Gran Quinto, Tsangyang Gyatso no fue entronizado hasta los catorce años, cuando se completó el Potala. Poco dispuesto a cumplir con los deberes ceremoniales de su cargo, el Sexto Dalai Lama dedicó su tiempo a practicar el tiro con arco, visitar tabernas locales, componer poesía y planificar encuentros románticos. Cuando, como parte de su formación, se le exigía que pronunciara discursos públicos, optaba por hacerlo en parques y "no en el magnífico Palacio de Potala ni en otros grandes monasterios."[9]

Fue en esa época, alrededor de 1700, cuando se construyó originalmente el Lukhang para que "cayera la lluvia a tiempo en todo el Tíbet." El santuario aislado situado en una isla detrás del Potala proporcionaba un refugio conveniente para los asuntos amorosos de Tsangyang Gyatso. Sir Charles Bell, que vivió en Lhasa en la década de 1920, escribió que el joven Dalai Lama "se deleitaba en embellecer el gran palacio que se había terminado recientemente. Hizo los arreglos para la construcción y decoración de la 'Casa de la Serpiente', el edificio dedicado a los Lu bajo la escarpa Norte del Potala. También se deleitaba bebiendo vino y en citas nocturnas con muchachas de la ciudad. Las encontraba en la Casa de la Serpiente, en la larga habitación superior con vista a la aguas oscuras y a los árboles retorcidos que se extendían más allá."[10]

Tsangyang Gyatso, "Océano de Canciones Melodiosas," compuso una gran cantidad de canciones y poemas, muchos de los cuales expresan una fusión lírica de instintos carnales con aspiraciones espirituales.

"Si mis pensamientos se dirigieran al sagrado Dharma
tanto como se dirigen firmemente hacia mi amante;
en esta vida, en este mismo cuerpo,
me convertiría en un Buda completamente iluminado."

En apariencia, los poemas de Tsangyang Gyatso sugieren una disposición puramente romántica, pero muchos Tibetanos, incluido Su Santidad, sostienen que reflejan una sensibilidad Tántrica que transforma las pasiones y las emociones en actividad iluminada. Un verso altamente simbólico se refiere claramente a las prácticas de alquimia Tántrica.

"La nieve derretida de Dakpa Shelri,
la 'Montaña de Cristal Puro',
las gotas de rocío de la hierba suprema,
'el rayo del Naga Demoníaco'
enriquecido con néctar ambrosial;
deja que la Dakini de Sabiduría
vierta el licor.
Si bebes con Visión Pura
los reinos inferiores de la existencia
nunca necesitan ser probados."

Otro poema evoca la joya que concede los deseos del rey Naga representada en las paredes del piso medio del Lukhang.

"Si la muchacha que ha entrado en mi corazón
se convirtiera en mi compañera de toda la vida:
Me daría tanta alegría
como si hubiera encontrado una gema preciosa
de las profundidades del océano."

Cuando cumplió veinte años, Tsangyang Gyatso devolvió sus hábitos al Panchen Lama que lo había ordenado como monje novicio. Según el historiador del siglo XIX Kunsang Nediin Longyang, el Sexto Dalai Lama hizo un desvío crucial en su ruta hacia la sede del Panchen Lama en Tashi Lhunpo y recibió la ordenación laica como practicante de Dzogchen del preceptor Nyingma Tertön Düdrul Lingpa en el valle de Zabphulung.[11] Su Santidad sostiene además que el joven Dalai Lama también recibió formación en Dzogchen del regente gobernante, Desi Sangye Gyamtso, que era el principal sostenedor de la tradición de la "Visión Secreta" del Gran Quinto, *Sangwa Gyachen*. Como contó Su Santidad, no hay razón para inferir que la falta de celibato del Sexto Dalai Lama debería haberlo convertido en un practicante menos de la doctrina Budista o menos cualificado para gobernar como Dalai Lama. De hecho, el ideal más elevado de la tradición Dzogchen se describe a menudo como el del yogui laico que, en apariencia, no se distingue de un padre de familia corriente.

Su Santidad también sugirió que la renuncia del Sexto Dalai Lama al monacato no se debía únicamente a su afición por las mujeres. En un pasaje de su autobiografía, el Quinto Dalai Lama lamentaba la inestabilidad de una línea de sucesión basada en la reencarnación y elogiaba en cambio el modelo seguido por los Sakyas, que transmitían la autoridad temporal y religiosa de padre a hijo. Parafraseando los escritos del Quinto Dalai Lama, Su Santidad afirmó que: “Nuestro sistema de transmisión basado en la reencarnación es muy inestable. Una muerte y luego otra encarnación. Pasan muchos años en una gran incertidumbre.” En opinión de Su Santidad, la decisión del Sexto Dalai Lama de renunciar a su formación monástica expresaba el deseo del Gran Quinto de hacer que la institución de los Dalai Lamas fuera hereditaria para evitar el largo período de agitación durante el interregno entre la muerte de un Dalai Lama y el descubrimiento y entronización del siguiente. Si el Sexto Dalai Lama hubiera engendrado un heredero al trono, sostiene Su Santidad, podría haber evitado la influencia China en la política Tibetana que se intensificó durante el período del Séptimo Dalai Lama y allanó el camino para la pérdida de la nación Tibetana. Varios de los poemas del Sexto Dalai Lama sugieren que una misteriosa muchacha de Chongay, a la que aún no había conocido, se habría convertido en la futura “reina” del Tíbet y tal vez en la madre del próximo Dalai Lama.

El estilo de vida poco convencional del Sexto Dalai Lama, con su pelo largo y sus deslumbrantes túnicas de seda azul claro, molestó al señor supremo Mongol, Lhazang Khan, quien finalmente planeó su muerte. En 1705, Tsangyang Gyatso fue detenido por soldados Mongoles y, según se dice, enviado de camino a Pekín. Un relato alternativo registrado en la *Biografía Secreta del Sexto Dalai Lama* sostiene que sus captores conspiraron para que escapara, disfrazado de mendigo, en medio de una tormenta de polvo, y vivió otros cuarenta años como yogui errante en el Noreste del Tíbet. Sin embargo, uno de sus poemas más populares sugería su regreso como el Séptimo Dalai Lama desde la provincia Oriental del Tíbet de Kham.

> “¡Grulla Blanca!
> Préstame tus alas,
> no volaré lejos
> de Lithang regresaré.”

La leyenda atestigua que el Sexto Dalai Lama puso este poema en manos de una amante cuando las tropas Mongoles se lo llevaron de Lhasa.

El Arte de la Transformación

Aunque es casi seguro que el templo original de Lukhang era un retiro clandestino donde el Sexto Dalai Lama entretenía a sus amantes, no hay razón para creer que no fuera también un lugar donde practicaba doctrinas Tántricas esotéricas. En un relato popular, cuando el Sexto Dalai Lama fue criticado por su comportamiento, dijo: “Sólo porque me acuesto con mujeres, no piensen que es lo mismo.” Para demostrar su punto, supuestamente subió a las murallas más altas del Potala y dejó salir un chorro de orina. Antes de que la orina cayera al suelo, la aspiró de nuevo, demos-

trando su control sobre los nadis, o corrientes de energía sutil dentro de su cuerpo. Aunque la historia es probablemente apócrifa, apunta a la creencia común, sostenida incluso por Su Santidad, de que aunque el Sexto Dalai Lama tuvo muchas amantes, era un practicante consumado del coitus rservatus. Como afirma en una de las canciones que se le atribuyen:

> "Nunca he dormido sin novia
> ni he gastado una sola gota de semen."

En la práctica Tántrica, se cree que las esencias seminales pueden ser redirigidas a través de un canal sutil paralelo a la columna vertebral y dispersadas por todo el cuerpo, conduciendo a un estado de felicidad que revela la naturaleza vacía y luminosa de la realidad. Thubten Jigme Norbu, el hermano mayor del Dalai Lama, escribió que: "el acto sexual realizado normalmente puede dar una ligera noción de la naturaleza de esta conciencia superior, pero no puede hacer más que eso, ya que la energía, en lugar de ser atrapada y utilizada, se gasta y se pierde en fines físicos – creando un [nuevo] cuerpo físico en lugar de conciencia espiritual... Se requiere un entrenamiento largo y especial antes de que pueda tener lugar el rito."[12]

El Decimotercer Dalai Lama (1876-1933) habló de los supuestos logros espirituales de Tsangyang Gyatso en una conversación con Sir Charles Bell: "Solía tener su cuerpo en varios lugares al mismo tiempo, por ejemplo, en Lhasa, en Kongpo y en otros lugares... Uno de sus cuerpos solía aparecer entre la multitud en el Salón de Recepciones del Séptimo Dalai Lama. Se dice que uno también aparece en mis recepciones, pero no puedo decir si esto es cierto o no." Como concluye Bell: "Para los extraños era una contradicción, pero para el verdadero creyente era el mismo Dalai Lama."[13]

El Séptimo Dalai Lama, Losang Kalsang Gyatso (1708-57), fue descubierto tres años después de la desaparición de su predecesor. Como monje completamente ordenado, Kalsang Gyatso se convirtió en un gran erudito y maestro y, como el Sexto, en un poeta de renombre. Sus versos místicos revelan una pasión comparable por la tradición Tántrica interior. En un poema titulado "La esencia de la ambrosía benéfica," escribe:



“Visualízate como Heruka con su consorte,
cuerpo claro pero vacío,
canales de energía... vibrando en tu interior...
coloca la punta del vajra firmemente en el loto
y la mente como la letra HUM en el canal central;
bebe, bebe la esencia de los néctares
extático con alegría innata e inamovible.”

Aunque ninguno de los escritos del Séptimo Dalai Lama lo asocia específicamente con el Lukhang, varios de sus poemas invocan a los misteriosos Nagas como símiles de los ideales Budistas:

“La gema todopoderosa del rey Naga
no muestra parcialidad hacia nadie,
pero aquel que propicia al señor Naga
con rituales y ofrendas,
los objetos de su anhelo
caen en sus mismas manos.
El maestro espiritual,
el señor de la sabiduría de Buda,
permanece más allá de lo que agrade y lo que no agrade,
pero quien vuelve su mente hacia él
con aprecio
asegura la felicidad
en esta vida y en las futuras.”

Misterios del Origen

Aún no han surgido relatos definitivos sobre los orígenes del Lukhang. Los ministros del gabinete que entraron en la cámara secreta durante la época del actual Dalai Lama informan que los estandartes de seda velaban por completo los misteriosos murales del piso superior del Lukhang. Su Santidad cree que los murales fueron probablemente pintados bajo la dirección artística de Desi Sangye Gyamtso (1653-1705), regente del Quinto y Sexto Dalai Lama. El Desi se enorgullecía de preservar el conocimiento en forma artística. En 1687 encargó una serie de setenta y nueve intrincadas pinturas en rollo que ilustran el sistema médico Tibetano. Al año siguiente, produjo dos series de veintitrés thangkas que documentan la vida y las visiones del Gran Quinto. Durante este mismo período, los artistas completaron las pinturas del *Manuscrito Dorado* de la *Biografía Sellada y Secreta* que representan las visiones del Quinto Dalai Lama de los mandalas Tántricos y los procedimientos de brujería compasiva. La concepción general de los murales de Lukhang sugiere fuertemente la participación activa de Desi Sangye Gyamtso. Todas sus obras revelan una mente inusualmente creativa e interpretativa que utiliza el arte para transmitir tradiciones culturales, históricas y espirituales más allá de las limitaciones de la expresión escrita. El Desi describió su serie de thangkas médicos como “pinturas sin equivalente en el pasado.” Sin duda, esto también es válido para los murales en el

Lukhang. Otra indicación de su visión es el tema en sí: las prácticas místicas del Dzogchen con las que el regente tenía un profundo compromiso personal.

Los relatos populares atribuyen las pinturas y las inscripciones murales a Lochen Dharma Shri (1654-1717), un gran erudito y artista maestro que era el hermano menor de Terdak Lingpa, fundador del monasterio Nyingma de Mindroling y discípulo cercano y preceptor del Quinto y Sexto Dalai Lama, así como de Desi Sangye Gyamtso. Lochen Dharma Shri era un artista favorito del Quinto Dalai Lama, quien lo había ordenado monje. Poco antes de su muerte, el Gran Quinto le pidió a Lochen Dharma Shri que pintara una thangka. Aparte de estas indicaciones de su estrecha relación con la corte Tibetana, no hay, hasta ahora, ninguna prueba que demuestre que él fuera el verdadero autor de los murales de Lukhang. En el siglo que siguió a la muerte de Desi Sangye Gyamtso en 1705, la tradición Nyingma, y en particular el Dzogchen, fueron duramente perseguidas por la orden Gelug en ascenso y sus patrones Mongoles Dzungar. Desde la época del Séptimo Dalai Lama, las preocupaciones políticas dictaron que los Dalai Lamas debían ser puramente Gelugpa y su práctica del Dzogchen se llevaba a cabo en secreto. El Séptimo Dalai Lama fue, por tanto, el primer Dalai Lama que abandonó abiertamente la tradición de combinar los linajes Nyingma y Gelug en su propia práctica espiritual. De manera similar, el Octavo Dalai Lama, Jampel Gyatso (1758-1804), siguió un enfoque más sectario, pero, según Su Santidad, comenzó a practicar las enseñanzas Nyingma, incluido el Dzogchen, más tarde en su vida.

Una publicación Tibetana titulada “Guía del Potala” afirma de forma inequívoca que el Lukhang, tal como se encuentra actualmente, fue construido en la última década del siglo XVIII durante el reinado del Octavo Dalai Lama. Si así fuera, las pinturas murales del Lukhang tendrían que datar del mismo período, casi un siglo después de la decapitación del ambicioso regente Desi Sangye Gyamtso por orden de la esposa de Lhazang Khan. Un informe de la Asociación Shalu condensa el relato publicado por el Comité de Reliquias Culturales de la Región Autónoma del Tíbet:

“En 1791, año del Cerdo de Hierro [casi un siglo después de que el Sexto Dalai Lama construyera el pabellón original de Lukhang], el Octavo Dalai Lama, Jampel Gyatso, lo amplió, construyendo el mandala de tres pisos, con cuatro puertas, galerías exteriores y un techo hexagonal de ‘estilo Mongol’, que podemos ver hoy. En el piso superior (cuarto) se instaló una habitación para el Dalai Lama, mientras que debajo, en el santuario principal de Tsangkhang... una estatua de Lhachen Dribdzong Tenpa traída por la Princesa Wencheng estaba rodeada de imágenes de los ocho grandes Lu pacíficos, un mandala de Lu, ‘sustancias del tesoro’ y ‘vasijas del tesoro’, etc. En 1801, año del Pájaro de Hierro, el Octavo Dalai Lama y el Panchen Lama, Tenpai Nyima, fueron juntos al Lukhang y realizaron Un ’ritual de realización

del jarrón Lu' en propiciación de las deidades. Cayó la lluvia y entonces ofrecieron el jarrón Lu a los Espíritus del Agua, recorrieron el lago en botes de madera, montaron elefantes y pasearon. Los metafísicos de Sera y Drepung también organizaron allí una clase de debate sobre los 'Grandes Clásicos', y los dos grandes lamas les ofrecieron un banquete. A partir de entonces, cada año, 'para que caiga la lluvia a tiempo', se hacen todo tipo de jarrones Lu y se realizan 'rituales de los Héroes'. El día 15 del cuarto mes Tibetano de Sakadawa, cuando se celebran simultáneamente los festivales del Nacimiento, la Iluminación y el Mahaparinirvana del Buda, la gente de Lhasa se pone en marcha por la mañana temprano para realizar 'acciones virtuosas' y por la tarde pasea en bote por el lago, canta, baila, toca música y se divierten."[14]

Los murales de Lukhang indican claramente no solo una mano hábil y una visión imaginativa, sino un artista muy versado en las prácticas del Dzogchen y la tradición Nyingma. El Octavo Dalai Lama vivió una vida tranquila y contemplativa, y produjo muy pocos escritos antes de su temprana muerte. Aparte de su expansión del legendario palacio de verano Norbu Lingka en 1783, poco sobre su vida o la de sus regentes respaldados por China sugiere la visión exaltada que inspiró los murales de Lukhang. La supresión activa de la tradición Nyingma durante este período hace aún menos probable que los murales se crearan en esta época, a menos que su propósito explícito fuera preservar el linaje en peligro. Como no hay representación de un titular del linaje Dzogchen posterior a Minling Terdak Lingpa (1646-1714), es probable que los murales se pintaran durante el breve reinado de Tsangyang Gyatso como el Sexto Dalai Lama a principios del siglo XVII.

Desde el IX hasta el XII, los Dalai Lamas vivieron vidas cortas debido a enfermedades o, como algunos sugieren, intrigas de la corte. Sin embargo, con el Gran Decimotercero, Gyalwa Thubten Gyatso, la institución recuperó la vitalidad. Un político hábil, el Gran Decimotercero hizo mucho para liberar al Tíbet de la invasión China, pero sus mayores contribuciones fueron en el campo de la religión. Como dijo Su Santidad: "El Decimotercero rompió el sectarismo que había plagado a la nación al recibir abiertamente las enseñanzas Dzogchen de Tertön Sogyal Lerup Lingpa." Durante el período del reinado del Gran Decimotercero, se hicieron más restauraciones en el Lukhang, pero nunca se hace mención de las misteriosas pinturas murales de la pequeña cámara del piso superior.

El Decimocuarto Dalai Lama

Su Santidad Tenzin Gyatso, el Decimocuarto Dalai Lama, nació en Takster, en el Este del Tíbet, en 1935. Antes de su huida al exilio en 1959, a raíz de la invasión comunista China, Su Santidad pasó gran parte de su tiempo en el Norbu Lingka, el palacio de verano de los Dalai Lamas al Oeste de Lhasa. Recuerda pinturas similares a las del Lukhang en un edificio, hasta hace poco cerrado, que data de la época del Séptimo Dalai Lama a principios del siglo XVIII. Su Santidad describe pinturas de mandalas de las "Visiones Secretas" del Gran Quinto, así como deidades "pacíficas e iracundas" (*shidro*) y ejercicios yóguicos (*trulkhor*) similares a los pintados en las paredes del Lukhang. Exteriormente, el Séptimo Dalai Lama reveló poca lealtad a las tradiciones Nyingma o Dzogchen. Sin embargo, según Su Santidad, estas pinturas en

el Uyab Podrang están conectadas con las prácticas Nyingma de las “Visiones Secretas” del Gran Quinto, que él describió como “casi una tradición ancestral” que se ha transmitido a través de sucesivas encarnaciones de los Dalai Lamas. Al igual que los murales de Lukhang, estas pinturas se mantuvieron en secreto en parte debido a rivalidades sectarias, pero también porque se creía que, sin la guía adecuada, las prácticas que podrían traer la iluminación también podrían conducir a perturbaciones de la energía física y psíquica. La apertura del Uyab Podrang muestra que muchas secciones de sus murales fueron copiadas directamente de las del Lukhang, probablemente a principios del siglo XVIII.

Cualquiera que sea su origen, las pinturas murales del Lukhang ilustran prácticas secretas llevadas a cabo por los Dalai Lamas desde la época del Gran Quinto a mediados del siglo XVII, a menudo desafiando a la orden Gelug predominante con su énfasis en la escolástica y la disciplina monástica. Sólo podemos esperar que con más investigaciones surja un texto de los archivos del Potala que finalmente revele las circunstancias que llevaron a la creación de las extraordinarias pinturas en el templo secreto de los Dalai Lamas.

El Quinto Dalai Lama concibió el Lukhang como un santuario para los espíritus serpiente primigenios cuyas energías se creía que influían en la fertilidad de la tierra. El templo se convirtió más tarde en un retiro privado para el Sexto Dalai Lama, con inclinaciones amorosas, y, en algún momento aún desconocido, en un santuario apartado donde los gobernantes supremos del Tíbet llevaron a cabo retiros de meditación en el Tantra del Yoga Supremo y el Dzogchen, guiados por los murales que rodeaban su cámara secreta.

Como una serpiente mítica que surge de las profundidades primigenias, o una serpiente que muda su vieja piel, la misteriosa historia del Lukhang es paralela al ascenso de los Dalai Lamas desde la época del Gran Quinto hasta el Dalai Lama actual, que lidera al pueblo Tibetano desde la sede de su gobierno en el exilio en las montañas del Norte de la India. Para el resto del mundo, el Dalai Lama se ha convertido en un reconocido líder espiritual que describe la esencia de la religión como “bondad y compasión.” Sin embargo, más allá de un “buen corazón,” se encuentra el riguroso y visionario camino de la liberación espiritual. Como afirma Su Santidad:

“El arte más grande es el arte de la iluminación... la transformación interior que conduce a la compasión y la sabiduría omnisciente. La comprensión intelectual no es suficiente. La iluminación sólo se logra al dejar atrás los niveles más burdos de conciencia y descubrir la mente sutil de la Luz Clara que ha estado con nosotros desde el principio.”

> “La iluminación no es tan difícil. Así como el artista maestro no tiene dificultad en tomar arcilla y darle forma de la imagen de un Buda perfecto, cuando adquirimos habilidad en las prácticas de la iluminación, podemos moldear la arcilla de nuestro cuerpo, habla y mente ordinarios en el cuerpo vajra de un ser completamente omnisciente.”
>
> El Quinto Dalai Lama

La Visión del Arte Budista

"El mundo que vemos es una pintura
nacida del pincel del pensamiento discursivo,
y dentro o sobre ella no se puede encontrar nada verdaderamente existente.
Todas las cosas en el Samsara y el Nirvana no son más que etiquetas y proyecciones mentales.
Conociendo esto, uno conoce la realidad; viéndolo, uno ve lo que es verdad."

El segundo Dalai Lama
1475-1542

Se dice que las primeras imágenes de Buda se dibujaron a partir de su forma reflejada tal como apareció en un estanque de agua y de los rayos de luz proyectados desde su cuerpo. Estos relatos ilustran la visión Budista del arte en la que todos los iconos son, en última instancia, reflejos de una verdad interior más profunda. Las estatuas y pinturas Budistas no son objetos de adoración, sino expresiones de la Naturaleza de Buda invisible que, según se cree, reside en todos los seres. En un discurso público, el Decimotercer Dalai Lama citó al venerado Je Kunpangpa, quien, al denunciar la necesidad de un altar externo, dijo: "Mi imaginación es mi principal imagen de Buda."[15] El Decimocuarto Dalai Lama se hace eco de esta opinión, refiriéndose al arte religioso Tibetano como un apoyo esencial a la "transformación interior."

Los murales de Lukhang se diferencian de la mayoría de las pinturas Tibetanas en que no sólo representan Budas (reflejos arquetípicos de la psique más íntima), sino hombres y mujeres comunes inspirados por un camino hacia la libertad espiritual. En medio de conmovedoras viñetas de la vida cotidiana, los murales representan la conciencia que se proyecta a través del cuerpo como una red de canales de energía, yoguis con fuego saltando de sus cabezas, volando por el cielo, o sus ojos inundados de visiones exaltadas. Como formas que se disuelven antes de que puedan ser captadas, las imágenes surrealistas que fluyen a través de las paredes de Lukhang apuntan a un potencial humano aún no desarrollado. Como sugiere Su Santidad, estas imágenes de las paredes del Lukhang pueden transportarnos más allá de nuestras preocupaciones habituales a un reino de visión espiritual velado por la conciencia presente.

Estilo y Contenido

Las primeras pinturas murales que sobreviven en el Tíbet datan del siglo XII y se inspiraron en gran medida en las tradiciones artísticas de Nepal y la dinastía Pala de la India. A partir del siglo XIII, con el creciente contacto con el Imperio Mongol, los estilos de pintura Chinos influyeron cada vez más en el arte Tibetano. En el siglo XVII, la pintura de paisajes China había desplazado el énfasis en las thangkas y murales Tibetanos de planos bidimensionales a escenarios más naturalistas. Los murales de Lukhang se basaron tanto en fuentes Chinas contemporáneas como en estilos Indo-Nepaleses anteriores, transformando elementos prestados en un vocabulario estético completamente nuevo.

Los artistas anónimos que crearon los murales de Lukhang lijaron las paredes de arcilla con piedras lisas antes de cubrirlas con una fina capa primaria de yeso, unida

con cola y almidón. Molían minerales y piedras preciosas, como el lapislázuli, y las mezclaban con cola preparada a partir de pieles de animales cocidas. Aplicaban estas pinturas sobre las paredes, siguiendo los contornos dibujados con carbón sobre la superficie preparada. Como en todo el arte Tibetano, las consideraciones estilísticas siempre eran secundarias al compromiso de revelar un camino espiritual que trasciende el mundo de la forma tanto como lo abarca. Como los artistas del Tíbet se consideraban humildes artesanos, no creadores individuales, las pinturas nunca estaban firmadas.

Las escenas de los murales de Lukhang fluyen sobre un fondo de azules y verdes sutilmente modulados; paisajes de cielos y montañas interpenetrados con cascadas que brotan de las nubes o a través de túneles en formaciones rocosas estilizadas derivadas de pinturas Chinas de la dinastía Ming. Sin embargo, los elementos del paisaje exterior, como los elementos dentro del cuerpo del yogui, son simplemente soportes para la revelación de los reinos más sutiles de la psique, representados aquí como formas geométricas, cuadrículas y esferas de colores que anticipan el arte abstracto temprano. En la visión del Dzogchen, no se trata de formas imaginarias sino de la manifestación espontánea del estado de vigilia. Anuncian las ideas del visionario del siglo XIX Eliphas Levi: “Imaginar es ver... y ver es... volver diáfano o “transparente”; es decir, la imaginación no es la creadora de ilusiones, sino la iluminadora de la realidad.”[16]

La Mente como Artista

La inventiva dramática de los murales de Lukhang y su alejamiento de los cánones tradicionales de proporción los distinguen de todas las demás obras conocidas del arte religioso Tibetano. Los gestos y la emoción sutil que transmiten los rasgos faciales de los Rishis y Mahasiddhas son comparables con las obras de El Bosco y Brueghel. Las yuxtaposiciones surrealistas –cuerpos desmembrados, flores de loto que se abren al espacio, cascadas de sangre, visiones de nacimientos y Budas extáticos– anticipan las obras de los Simbolistas. Como afirmó el maestro contemporáneo de Dzogchen Thinley Norbu Rinpoche: “La mente es el artista más grande, que pinta diversas verdades relativas con el pincel de la concepción.”[17] Los murales de Lukhang no sólo reflejan un período de intensa creatividad y práctica espiritual, sino la esencia misma de la visión Dzogchen. El gran artista y visionario Dugu Choegyal Rinpoche explicó que en los niveles más elevados de la meditación y el arte ya no hay reglas establecidas, sólo el flujo espontáneo de la creatividad. A principios de este siglo, André Breton escribió en El Primer Manifiesto Surrealista: “Tal vez la imaginación esté a punto de recuperar sus derechos. Si las profundidades de nuestras mentes ocultan fuerzas extrañas capaces de aumentar o vencer a las de la superficie, nuestro mayor interés es capturarlas”[18] Escribió sobre la imaginación como la “‘facultad vital y más alta de la mente’,

como la iluminadora y no la falsificadora de la realidad, como la desveladora de zonas ocultas: 'La imaginación por sí sola... me hace darme cuenta de lo que *puede hacer*'".[19]

Los murales de Lukhang revelan el universo fluido que buscaban los surrealistas que desdibujaban las distinciones entre ilusión y verdad, realidad interior y exterior. Se hacen eco de la pregunta retórica de Breton: "¿Y si todo lo que hay en el Más Allá está realmente aquí, ahora en el presente, con nosotros?".[20]

En el Dzogchen, la mente se abre al espacio primordial de Samantabhadra, el Buda del conocimiento y la luminosidad inseparablemente unidos. En este reino exaltado que se encuentra más allá de las distinciones entre verdad e ilusión, el yogui reconoce que, a través de la percepción engañosa, la mente evoca el mundo engañoso del Samsara y que, a través de los procesos creativos del arte Tántrico y la meditación, podemos manifestar la visión iluminada. Como escribió el Segundo Dalai Lama:

> "Todas las cosas que aparecen en la mente
> son meras pinturas de nombres y pensamientos...
> medita una y otra vez en esta visión
> de la vacuidad [luminosa], la naturaleza última del ser."

El Arte Trasciende al Arte

Los murales de Lukhang introducen directamente la percepción transformada y los niveles elevados de conciencia en el corazón de la visión Tibetana del arte. En 1902, el filósofo William James escribió que: "Nuestra conciencia normal de vigilia, la conciencia racional como la llamamos, no es más que un tipo especial de conciencia, mientras que a su alrededor, separadas de ella por la más endeble de las pantallas, yacen formas potenciales de conciencia completamente diferentes."[21] Los murales de Lukhang son ventanas a este mundo de posibilidades expandidas que trascienden la cultura, el tiempo y el lugar. Haciendo eco de William Blake, quien instó a que "aprendamos a ver no con los ojos sino a través de ellos," Dugu Choegyal Rinpoche dijo: "En última instancia, el mundo entero se percibe... como luminoso... con la luz irreprimible de la realidad brillando a través de sus formas vacías." Sin embargo, todas estas apariencias, por muy atractivas que sean, son, desde una perspectiva Budista, solo reflejos de la vacuidad. El gran erudito y maestro de meditación del siglo XIX, Mipham Rinpoche, ofreció un consejo que es tan aplicable a la observación de los murales de Lukhang como a la corriente de pensamientos e imágenes que fluyen a través de la mente durante la meditación:

> "Ver la imagen como una forma vacía, un espejismo o una ilusión mágica... Deja que la corriente de la percepción fluya hasta que se desvanezca. No prolongues el resplandor, sino que procede a examinar otra imagen... Todas las percepciones sesgadas serán vistas como invenciones infundadas... Observar cómo surgen estas invenciones sin fundamento, para luego disolverse nuevamente en un instante, es el corazón de la meditación. Cualquier forma que surja, impermanente y transitoria... es liberada por el poder de la mente iluminada."[22]

Este detalle del piso intermedio de Lukhang ilustra un episodio de la vida de Perna Öbar, una encarnación anterior del sabio tántrico Padmasambhava, que estableció el Budismo en el Tíbet en el siglo VIII. Al regresar del reino de los Nagas, este héroe mítico se deslizó por el cielo en un "tambor del alma" mágicamente conjurado, guiado por cuatro dakinis: Expresiones femeninas de la conciencia iluminada.





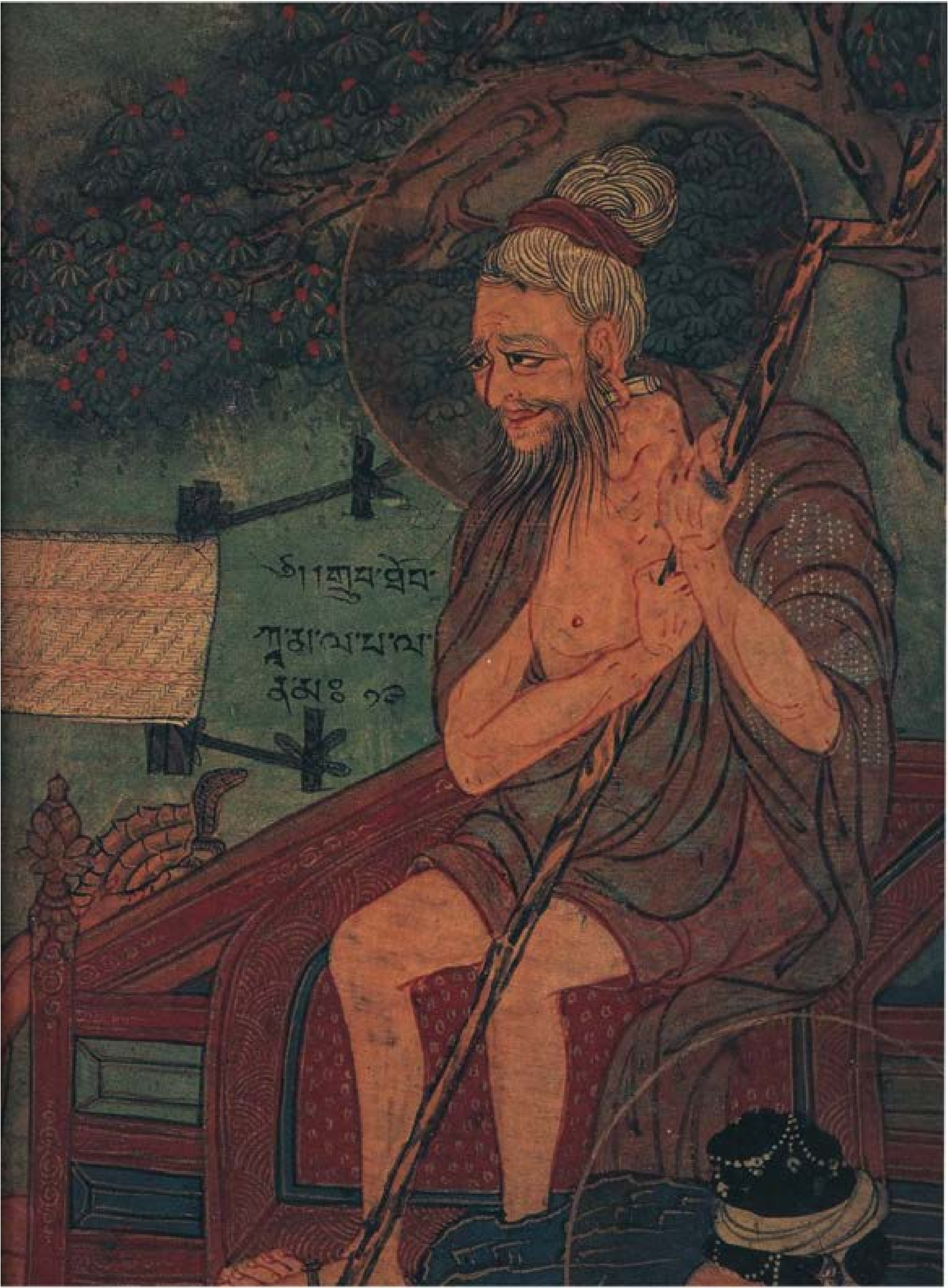
Los pintores del Tíbet se inspiraron en diversas fuentes para representar a las deidades Budistas y a los elementos naturales del paisaje. Este collage muestra cómo los creadores de los murales de Lukhang invocaron los elementos de la tierra, el agua, el fuego, el aire y el espacio, que el Tantrismo describe como componentes tanto de nuestros cuerpos como del entorno externo. En sus niveles más sutiles, estos mismos elementos son la fuente de toda expresión creativa. Como dijo el Dalai Lama: "Los cinco elementos externos evolucionan a partir de los cinco elementos internos, que a su vez son producidos por las energías más sutiles de la mente misma." La criatura parecida a una libélula que se muestra a la izquierda se describe como una emanación del reino preconsciente de los Nagas.

Al dorso: Dos Mahasiddhas, o adeptos realizados, del camino Tántrico. A la izquierda, Sharipa demuestra la pacificación de las fuerzas psíquicas volátiles, simbolizadas por un tigre merodeador. A la derecha, el Mahasiddha Kamalapa se presenta con una tortuga, símbolo de la longevidad. Estas figuras de la pared Oriental del Lukhang representan un estilo de retrato más naturalista introducido en el Tíbet desde China en el siglo XVII.

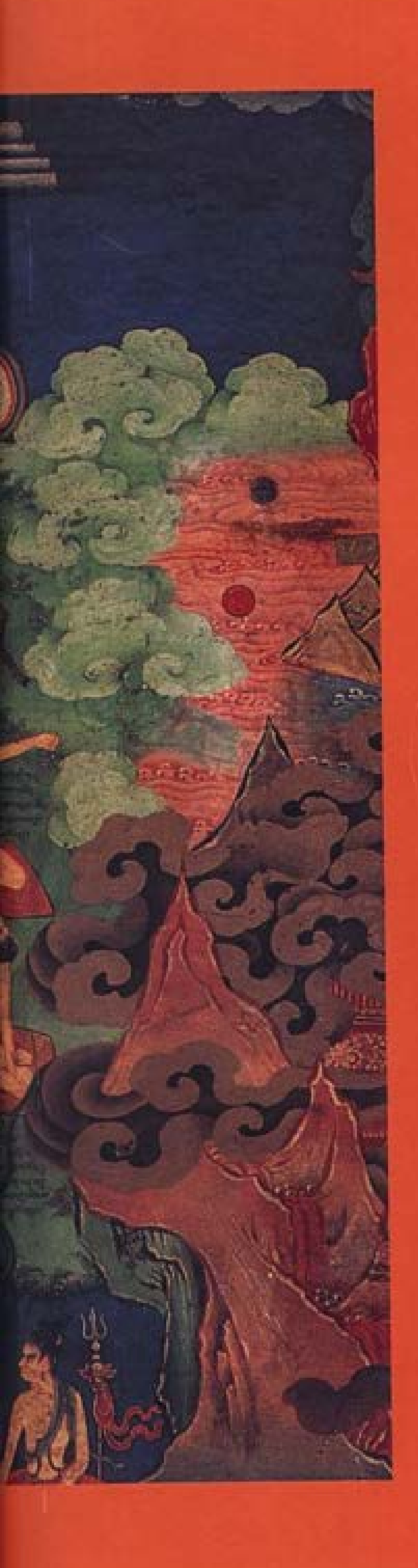


ཞིང་ས་ལ་བརྟེན། །ལུས་སྐྱུགས་སང་སང་ལན་གསུམ་བྱ།



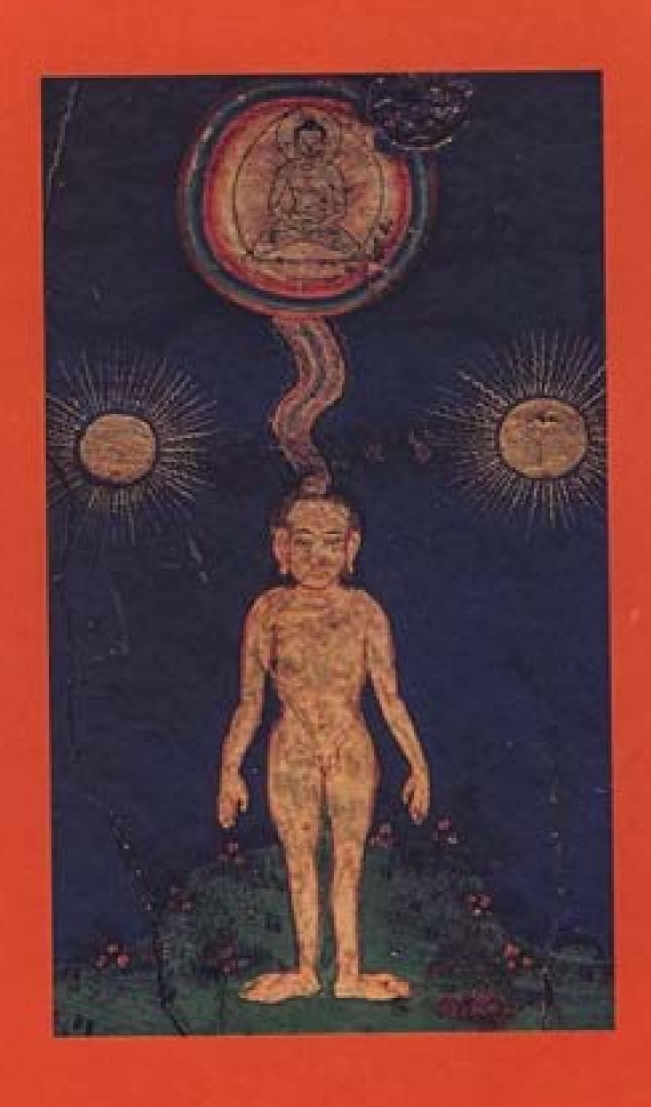

༄། །གྲུབ་ཐོབ་
ཀཱུ་མ་ལ་པ་ལ་
ནམ༔ ༡༦





La Pared Norte

LA BÚSQUEDA DE LA ILUMINACIÓN







La Pared Norte

“Que el sol radiante de las enseñanzas de Buda
disipe las nubes de la ignorancia
y la violenta barbarie que oscurece nuestro mundo.
Que la paz y la prosperidad lleguen a todos.”

El Tercer Dalai Lama
1543-88

Páginas anteriores: Este panel de la sección central de la pared Norte del Lukhang ilustra una variedad de técnicas yóguicas utilizadas para desarrollar el sistema de *nadis*, o canales de energía, dentro del cuerpo humano. Una vez que la energía vital fluye sin impedimentos a través de esta anatomía sutil, la mente se libera de su esclavitud a las células. Clara y lúcida, la mente experimenta visiones espontáneas como rejillas luminosas y redes de luz de arco iris, como se muestra hacia la parte inferior del marco.

En la imagen opuesta: Padmasambhava, un sabio Indio, introdujo la forma Tántrica del Budismo en el Tíbet en el siglo VIII. Gran parte de su trabajo consistió en dominar las fuerzas renegadas de la mente y el paisaje Tibetanos y allanar el camino para la difusión de una doctrina basada en la perfectibilidad del espíritu humano. En esta imagen, Padmasambhava se muestra transformando a un rey Naga, con armadura de turquesa, en un protector de la fe Budista.

En el siglo VIII, durante la construcción del primer monasterio Budista del Tíbet, el emperador Tibetano Trisong Detsen se enfrentó a la oposición de sus ministros, así como de las fuerzas elementales de la propia tierra. Santarakshita, un pandit Budista de la India, aconsejó al rey que convocara a un renombrado sabio Tántrico llamado Padmasambhava: “Para dominar a los espíritus salvajes del Tíbet, deberías invitar a un maestro Tántrico llamado Padmasambhava, que en la actualidad es el más poderoso del mundo.”[23] En un remoto paso del Himalaya donde se encontró con la delegación enviada por el rey, Padmasambhava, “El Nacido del Loto,” esparció la ofrenda de oro de los emisarios por toda la tierra y dijo: “Todo lo que percibo ya es oro.” De esta manera, se dice, Padmasambhava allanó el camino para el mandato Tántrico de experimentar todas las apariencias como innatamente puras. Como escribió el Segundo Dalai Lama en la *Transmisión de la Dakini de la Sabiduría*:

> “Todas las cosas en la existencia Samsárica
> que están coloreadas por el apego y la aversión
> deben ser reconocidas como sólo provisionalmente reales;
> entonces todos los lugares son vistos como una tierra de oro.”

Aunque las enseñanzas Budistas habían sido traídas al Tíbet por monjes indios en el siglo anterior, las sutilezas filosóficas de los sutras habían tenido poca influencia sobre el gusto de los Tibetanos por el poder místico. El viaje de Padmasambhava al País de las Nieves marcó una gran transición en la historia del Tíbet, transformándolo de una cultura guerrera cuyo imperio se extendió por Asia Central a una en la que el mismo espíritu conquistador fue redirigido hacia la “Ciudadela de la Mente Iluminada.” Las doctrinas de Padmasambhava sobre la transformación interior dieron origen a una civilización en la que los ideales Budistas de sabiduría y compasión produjeron obras maestras de arte y literatura, así como fastuosas ceremonias que otorgaron los frutos de la práctica espiritual a una población laica que en gran medida apoyó a las comunidades monásticas emergentes.

En sus instrucciones secretas al rey, Padmasambhava transmitió la visión de la tradición Tántrica interna, más allá de las formulaciones de la religión convencional: "Su Majestad... Gane certeza en el hecho de que desde el principio mismo su propia mente es el estado despierto de la Budeidad. Gane certeza en el hecho de que todos los fenómenos son, en esencia, la manifestación mágica de la mente. Gane certeza en el hecho de que la meta final ya está presente dentro de usted y no debe buscarse en otra parte... A menos que experimente la naturaleza innata de los fenómenos y la mente como algo más allá del pensamiento y la concepción, [sufrirá cuando] su reino y su poder mundano, que son tan insustanciales como un arco iris, se desvanezcan y desaparezcan."[24]

Visiones de Transformación

El mural surrealista, similar a un collage, en la pared Norte del Lukhang representa la transmisión más temprana de las enseñanzas Budistas traídas al Tíbet por Padmasambhava. El drama de la iluminación se desarrolla en un contexto de sexo, muerte, nacimiento y vida cotidiana; un eco artístico de la creencia Tántrica en la inseparabilidad de la iluminación del mundo relativo del Samsara. Al igual que *El Jardín de las Delicias* del Bosco, muchos elementos del mural van más allá de la función de ilustrar temas filosóficos o doctrinales específicos y expresan, en cambio, una exuberancia artística que apunta directamente a la creatividad más íntima de la mente. En muchas secciones del mural no hay inscripciones ni simbolismo convencional que ofrezca claves para la interpretación. La mente participa directamente en las visiones que se desarrollan en las paredes.

El extremo derecho del mural Norte muestra tres formas de Padmasambhava subyugando a deidades chamánicas indígenas y convirtiéndolas en protectoras del camino Budista hacia la iluminación (p. 48). Estas escenas encarnan en términos míticos el tema central de toda la serie de murales: La transformación de fuerzas psíquicas turbulentas en energías de sabiduría y compasión. La conquista final del Budismo sobre la ignorancia, la codicia y la agresión está simbolizada por el cerdo, el gallo y la serpiente que se muestran circulando dentro del corazón humano (p. 68). Como dijo el Dalai Lama: "La visión de los Tantras Budistas es tan relevante hoy como lo fue hace miles de años... En el nivel de la emoción y la conciencia de nuestra naturaleza fundamental, hemos progresado muy poco... El Budismo no trata de la fe en una deidad trascendente o un ser superior, sino de investigar a fondo la naturaleza de nuestras mentes y emociones... y descubrir la forma en que las cosas realmente existen... La esencia del Budismo trata de la transformación dentro de nuestro ser más íntimo."

El Camino Secreto

El Budismo Tibetano es conocido comúnmente en su forma monástica de monjes célibes, vestidos de túnicas color granate, que viven una existencia altamente disciplinada de acuerdo con el Óctuple Sendero del Buda hacia la liberación espiritual. En la tradición monástica, se dice a menudo que se requieren vidas enteras de práctica devota antes de que la mente se libere y alcance la iluminación completa. Los murales de Lukhang ilustran el camino "secreto" de los Tantras Budistas, en el que se sostiene que uno puede penetrar los velos de la visión oscurecida y alcanzar la iluminación en una sola vida o en cuestión de años. El Tantra basa sus doctrinas no en el rechazo de los estados mentales agitados, sino en su transformación. Como se

afirma en el Tantra de Hevajra: "Lo que para otros es una fuente de esclavitud, en el Tantra es una causa de liberación." La expresión final de los Tantras es el camino del Dzogchen, una escuela de pensamiento y práctica que se basa en el reconocimiento de *kadak*, la pureza primordial de la mente. A través de los métodos del Dzogchen, el practicante despierta al resplandor dichoso de su naturaleza Búdica Innata.

El Dalai Lama explicó la naturaleza del Tantra de la siguiente manera: "En las tradiciones Budistas primitivas, el deseo se consideraba un veneno que había que evitar. La visión posterior del Mahayana no consistía en evitar el veneno, sino en contrarrestarlo con el remedio adecuado. En el Tantra, el deseo se considera una energía potente que se debe utilizar en el camino hacia la iluminación; al igual que los pavos reales de la jungla prosperan con plantas venenosas y las transforman simbólicamente en el plumaje radiante de las plumas de su cola."

Debido a las perspectivas poco convencionales del Tantra y al peligro de una sutil interpretación errónea, las enseñanzas más íntimas se presentaban tradicionalmente sólo a personas de sensibilidad refinada, y a menudo sólo después de muchos años de estudio monástico. A veces, las formulaciones radicales de los Tantras parecían contradecir la cultura monástica predominante en el Tíbet con su énfasis en la disciplina estricta y la renuncia a los apegos mundanos. Sin embargo, como afirmó Su Santidad: "Las enseñanzas de los Tantras ofrecen el método más rápido para purificar todas las obstrucciones mentales y emocionales... y realizar la mente sutil de la Luz Clara que, en esencia, no es diferente de la mente completamente omnisciente de un Buda."

La Visión del Tantra

Tantra, o *gyud* en Tibetano, se refiere a la continuidad ininterrumpida de la energía iluminada que impregna todos los aspectos de la existencia y conecta a todos los seres sensibles. Las preocupaciones por las apariencias externas y la ambición mundana oscurecen esta realidad interna y la mente sucumbe a la ignorancia y la alienación. El Tantra propone una salida a este dilema a través de un compromiso extático, si bien disciplinado, de transformar las pasiones y las emociones aflictivas en compasión ilimitada. Al reconocer el deseo como una expresión de energía creativa universal y refinar esta conciencia no dual dentro del propio flujo mental, el deseo se convierte en una energía potente que no conduce al sufrimiento, sino al reconocimiento de nuestra inseparabilidad de toda vida. Como Padmasambhava afirmó en la *Liberación a Través de la Visión con la Conciencia Desnuda:*

> "El Samsara y el Nirvana no tienen otra diferencia
> que la que existe entre el momento de no ser consciente y el momento de ser consciente...
> Como no estamos engañados por la percepción sino por la fijación,
> la liberación se produce naturalmente cuando reconocemos que los pensamientos fijados
> son sólo la mente que se aferra a sus propias manifestaciones vacías."

El Tantra se desarrolló en la India en parte como respuesta al ritualismo excesivo de la tradición monástica. El Tantra, que incorporaba elementos de las culturas aborígenes de la India que vivían sin los tabúes sociales que proliferaban entre la casta sacerdotal de la India, fue un movimiento visionario que trascendió el dogma y las creencias heredadas y enfatizó en cambio la primacía de la experiencia y la creencia de que todas las energías son sagradas y pueden usarse en la búsqueda de la iluminación. El Budismo Tibetano rastrea sus linajes yóguicos hasta estas fuentes Indias, como se evidencia claramente en los murales de Lukhang de los Rishis Indios, cuyo vello corporal y rasgos faciales los distinguen claramente de los Tibetanos (pags. 150-51).

Base, Camino y Fruto

El Tantra se describe en términos de su base, camino y fruto. La base se refiere al cimiento desde el cual se lleva a cabo el viaje hacia la conciencia iluminada. En la visión Tántrica, toda evolución y transformación ocurren debido a Sunyata, una palabra Sánscrita que expresa la vacuidad de la existencia inherente y se refiere a la apertura y el potencial infinito que subyace a toda experiencia y percepción. Al igual que el aforismo de Wittgenstein, "Todo podría ser de otra manera... los ojos sólo dicen una cosa u otra," la visión de Sunyata, o la vacuidad, atraviesa las percepciones cosificadas al reconocer que todo lo que aparece es, en esencia, una exhibición evanescente y cambiante. Como afirmó el Dalai Lama:

"la vacuidad de la existencia inherente no es simplemente una filosofía o doctrina inventada por los Budas, es la naturaleza última de nosotros mismos, nuestro cuerpo, nuestra mente y el mundo que experimentamos... Ya sea que seamos conscientes de ello o no, la naturaleza última de la existencia rodea e impregna nuestro mundo en todo momento. Todo lo que tenemos que hacer es cultivar una conciencia de ello."[25]

La comprensión de la vacuidad inherente del yo y de lo otro es la base de los métodos Tántricos utilizados en el viaje interior desde una existencia estática y contraída a un estado de empatía sin barreras ni centro, miedo ni aversión. En el Tantra, la Base también se equipara con el cuerpo humano, que lejos de ser denigrado o ignorado, se considera como el soporte físico de la conciencia sutil que, alimentada a través del yoga Tántrico, conduce al despertar de la Naturaleza de Buda; el Fruto, o *dreha*, del camino Tántrico.

Aunque no se indica específicamente en las inscripciones de las paredes, los tres murales de la cámara secreta de los Dalai Lamas ilustran la Base, el Camino y el Fruto del Tantra del Yoga Supremo. En esta perspectiva, el mural del Norte representa los fundamentos del camino Tántrico, que considera el cuerpo sutil como un vehículo para la transformación interior. Este nivel de los Tantras internos que se centra en el cuerpo como un mandala de deidades o energías sutiles se suele denominar Anuyoga. El mural del Oeste ilustra el camino del Dzogchen, la Gran Perfección, que también se llama Atiyoga, el Yoga Supremo, considerado el método más rápido y directo para alcanzar la mente iluminada. La pared del este representa a los Mahasiddhas y otros maestros realizados cuyas vidas ejemplares representan el fruto, o la meta final, de la práctica Tántrica: visión despejada, libertad existencial y acción compasiva.

Esta división de Base, Camino y Fruto, o alternativamente, Visión, Meditación y Conducta, centra la atención en diferentes aspectos de los murales de Lukhang y el

viaje hacia la iluminación que retratan. Sin embargo, desde la perspectiva del Tantra, estos tres aspectos son, en esencia, inseparables. Los murales, en consonancia con esta perspectiva, no son secuenciales, sino que ilustran en todo momento la presencia y continuidad del estado despierto, o lo que Su Santidad llama la "experiencia directa, no conceptual, de la naturaleza última." Los murales de Lukhang presentan lo que ningún tratado filosófico puede expresar –la manifestación visual de las energías interpenetrantes y transformadoras que, en el pensamiento Tántrico, son la realidad inefable en el corazón de la condición humana.

El mural del Norte está dividido en el centro por un panel vertical que representa a los *shidro*, las cuarenta y dos deidades pacíficas, y cincuenta y ocho iracundas que se manifiestan en el Bardo, el estado intermedio entre la muerte y el renacimiento (págs. 92-93). Estas deidades no son entidades auto-existentes, sino expresiones arquetípicas de los pensamientos y emociones que dirigen nuestras vidas Samsáricas. Cuando se purifican y transforman, estas energías que residen en el corazón y el cerebro se experimentan como la esencia radiante de los pensamientos y emociones que son en sí mismos conciencia iluminada. En el estado intermedio y en los yogas Tántricos que simulan la experiencia después de la muerte, el practicante aprende a reconocer estas formas pacíficas e iracundas como emanaciones de la psique, que a menudo se manifiestan como luces, esferas y demonios y dakinis con cabezas de animales. Como dice el *Bardo Thödel, El Libro Tibetano de los Muertos*: "Reconoce estas formas como nada más que tu propia mente... Fúndete con ellas inseparablemente y libérate en la Luz Clara."

El Mandala del Cuerpo

Los Budas Samantabhadra y Vajrasattva aparecen repetidamente en los murales como símbolos de los aspectos absolutos y relativos de la cosmología Budista (p. 91). El cuerpo celeste de Samantabhadra significa la "naturaleza libre, brillante, pura y vibrante de la mente" en unión con el vacuidad primordial –el Buda femenino Samantabhadri de quien nunca está separado. Vajrasattva, un reflejo de esta esencia dinámica e iluminada, sostiene una campana y un vajra que simbolizan la indivisibilidad de la vacuidad y la apariencia. Como explicó el maestro Dzogchen, Thinley Norbu Rinpoche: "Cuando alcanzamos la confianza intrépida de que los Budas son reflejos de nuestra propia mente de sabiduría, no hay diferencia entre los fenómenos externos e internos ni división entre la deidad externa e interna, ya que la mente está libre de toda dualidad."[26]

A la izquierda del *shidro*, las energías que habitan en el cuerpo, dos parejas hacen el amor mientras una cabeza flotante atada a una cuerda se insinúa en la boca de la mujer (pags. 72-73). Esta escena representa las creencias Tibetanas sobre el proceso de concepción y reencarnación en el que un ser en el reino incorpóreo del Bardo, entre la muerte y el renacimiento, es atraído hacia el campo de energía de una pareja amorosa y busca encarnar a través de la "puerta del útero" de la mujer (p. 71).

La fuerza primordial de la sexualidad humana, que trasciende la mente conceptual y crea nueva vida, es la base de las prácticas Tántricas que se basan en las esencias "rojas y blancas" del cuerpo del practicante para generar el "cuerpo dichoso de la mente despierta". Como afirmó Su Santidad: "Desde la perspectiva del Tantra, las energías vitales del cuerpo son los vehículos de la mente. Cuando las energías vitales son puras y sutiles, el estado mental de uno se verá afectado en consecuencia. Al transformar estas energías corporales, transformamos el estado de conciencia". El Tantra nunca se aparta de las energías creativas de la mente y el cuerpo, sino que busca aprovechar y explorar su poder para generar una mayor conciencia de los aspectos a menudo inconscientes e instintivos de la existencia. En última instancia, la mente se convierte de las pasiones dualistas a una felicidad radiante que revela la naturaleza luminosa de la realidad. Como escribió el Séptimo Dalai Lama:

> "Las energías vitales generadas por medios internos o externos
> son atraídas hacia el canal de energía central del cuerpo,
> lo que hace que ardan los fuegos místicos.
> Nos inspiran a obtener una gran visión
> de la Gran Dicha producida de manera innata."

Basado en el texto tesoro (*terma*) "Tantra del vasto espacio," revelado por Rigdzin Perna Lingpa (1450-1521), las escenas que aparecen debajo de las de muerte y renacimiento representan la formación de las conciencias sensoriales, los canales de energía sutil y los órganos internos asociados con la gestación humana (págs. 72-77). Veintiséis figuras ilustran el desarrollo del embrión y el cuerpo tal como se entiende en la tradición médica Tibetana. En Dzogchen, la comprensión del cuerpo físico proporciona la base para comprender las visiones que se desarrollan en las etapas iniciales de la práctica de Tögal, donde las esencias sutiles del cuerpo, o *tigle*, surgen a la visión como esferas luminosas (págs. 8-9). Esta unidad de los aspectos relativos y absolutos de la realidad expresa la visión Tántrica que ve más allá del aparente dualismo de carne y espíritu, sagrado y profano. Culminando la secuencia que comienza arriba con la concepción y el nacimiento, la sección inferior de este panel termina con figuras que son arrastradas por "ríos de existencia, deseo, karma e inconsciencia" (págs. 69 y 103). Como dice el texto revelado de Rigdzin Perna Lingual:

> "Cuando uno no ha distinguido entre la mente
> y la conciencia primordial, es como el sol cubierto
> por nubes: las conciencias primordiales no pueden
> funcionar.
> ¡Por lo tanto, investiga a fondo!"

Aunque el continuum iluminado está presente desde el principio, en gran medida no se reconoce. En la esquina Noroeste, unos yoguis que llevan una tina de agua y un gran cristal revelan la naturaleza transitoria de todos los fenómenos, incluido el propio cuerpo ilusorio (págs. 84-85). Su Santidad describe esta escena como un ejemplo del cuerpo sutil de luz que es nuestra naturaleza última. El camino del Tantra, explica Su Santidad, comienza con la introducción directa a la meta final – alcanzar no sólo la conciencia iluminada, sino también el cuerpo de luz de un Buda. Como escribió el Segundo Dalai Lama: "El propio cuerpo y todo lo que aparece deben verse como manifestaciones vacías... Esto no se logra mediante la mera imaginación, sino haciendo surgir los aspectos más sutiles de la energía y la mente, y a partir de ellos, surgiendo en forma de un cuerpo ilusorio."

Sobre esta visión espectral, se muestran métodos de iniciación más radicales, como presionar los canales de energía a los lados del cuello para inducir estados alterados de conciencia (págs. 82-83). Otros iniciados aparecen envueltos en brocados de colores del arco iris y con espejos circulares colocados sobre sus pechos (págs. 80-81), lo que Indica que el cuerpo humano es el vehículo de la luz de la sabiduría que, como un espejo vacío, refleja el universo entero. En este contexto, se representa un drama para inducir sensaciones poderosas que se vuelven sobre sí mismas como energía radiante. En el Tantra, todas las emociones y percepciones se utilizan para investigar la mente que las genera y, en última instancia, para descansar sin distracciones en el espacio luminoso y cristalino del que surgen. Como declaró Lama Shabkar en *El Vuelo del Garuda*: "Así como el océano tiene olas y el sol tiene rayos, el propio resplandor de la mente son sus pensamientos y emociones... Mantén esta conciencia presente impecable, consciente y vacía, desnuda y despierta."

Las escenas de iniciación de los murales de Lukhang presentan el "cuerpo de luz dichoso" oculto en nuestra forma corpórea. Esta conciencia sutil más íntima, la Mente de Luz Clara, es lo más cercano que el Budismo llega a definir una realidad trascendente, pero también es inasible. En la meditación profunda, la Luz Clara se manifiesta como sensaciones de felicidad, esferas de luz o deidades aparitivas. El Tantra describe estas formas vacías y luminosas como reflejos de la sutil y omnipresente Naturaleza de Buda, a la que sólo se puede aludir mediante metáforas o símbolos. El Budismo, en última instancia, la describe como una red de joyas en la que cada parte refleja el todo y donde la ignorancia, la malicia y el deseo se transmutan en no-conceptualidad, claridad y felicidad radiante. Así, el Decimotercer Dalai Lama escribió en *El Ciclo Más Secreto del Mandala Místico de Hayagriva*: "Cuando la propia visión es pura, el universo entero se ve como un mandala divino y todo lo que hay en él como néctar ambrosial."

La Anatomía de la Dicha

El Tantra percibe el cuerpo como un flujo de energías sutiles que, si se aprovechan y se controlan, conducen a estados dichosos de conciencia elevada. Los yogas físicos, o *trulkhor*, como se ilustra en la mitad derecha del mural Norte (págs. 94-97), activan estados latentes de conciencia al liberar bloqueos dentro de la red de canales de energía sutil llamados *nadi* que se extienden por todo el cuerpo. Estos movimientos, a veces denominados yantra yoga, armonizan el cuerpo, la mente y



la respiración y abren corrientes de energía psicofísica que el practicante finalmente utiliza para penetrar en la esencia luminosa y vacía de la realidad. Los movimientos concluyen con la posición de Vairocana, la clásica postura de meditación en la que la conciencia descansa en su propia Luz Clara innata.

Los principales canales de energía, el *roma* y el *kyangma*, corren paralelos a la médula espinal. Cuando las energías "solar" y "lunar" que fluyen a través de estos dos canales laterales se unifican dentro del *uma*, el canal central, surge la Gran Dicha (pags 98-99). Como afirmó el Dalai Lama: "Uno dirige las energías vitales hacia el flujo de energía central y retira las gotas primordiales masculinas y femeninas de sus asientos en los puntos de presión de la coronilla y el ombligo... uniéndolas en el chakra del corazón. El nivel muy sutil de energía que se produce da lugar a un nivel muy sutil de conciencia. Entonces alentamos a que este nivel especial de conciencia surja en la naturaleza de la sabiduría de la vacuidad. Los beneficios de un día de meditación desde dentro de la esfera de este nivel extraordinario de mente y energía física de apoyo superan los de años de meditación convencional, y por lo tanto se dice que en el Tantrayana uno puede lograr en unos pocos años lo que llevaría vidas enteras con los métodos convencionales de Sutrayana."[27]

Los Seis Yogas

En este punto de los murales terminan las inscripciones. Los adeptos que se describen a continuación practican yogas avanzados que combinan posturas físicas, técnicas de respiración y visualizaciones complejas, todas ellas dirigidas a abrir el flujo de energía central del cuerpo y despertar la Naturaleza Búdica innata que mora como nuestro verdadero ser (págs. 100-101). Como describió el Segundo Dalai Lama, estas prácticas incluyen métodos para "encender los fuegos del calor místico (*tummo*); los yogas del cuerpo ilusorio que otorgan liberación del apego y la aversión; el yoga del sueño, que purifica espontáneamente la percepción engañosa; el yoga de la Luz Clara, que disipa la oscuridad mental; la transferencia de conciencia (*powa*) que libera sin meditación; y el yoga del estado intermedio (*bardo*) que genera la forma de un Buda beatífico."[28] Estas prácticas, conocidas comúnmente como los "Seis Yogas," conducen a la culminación del camino Budista. La más importante de ellas es la práctica del *tummo*, el calor místico (págs. 17, 106). Como escribió el Segundo Dalai Lama:

"Al mantener la mente fija en la gota mística del ombligo, que tiene la naturaleza de la dicha innata... la llama sutil del calor místico se enciende... haciendo que la sustancia de la mente-Bodhi se derrita, caiga y se disuelva en la sílaba HUM... dando lugar a la sabiduría innata de la Gran Dicha."

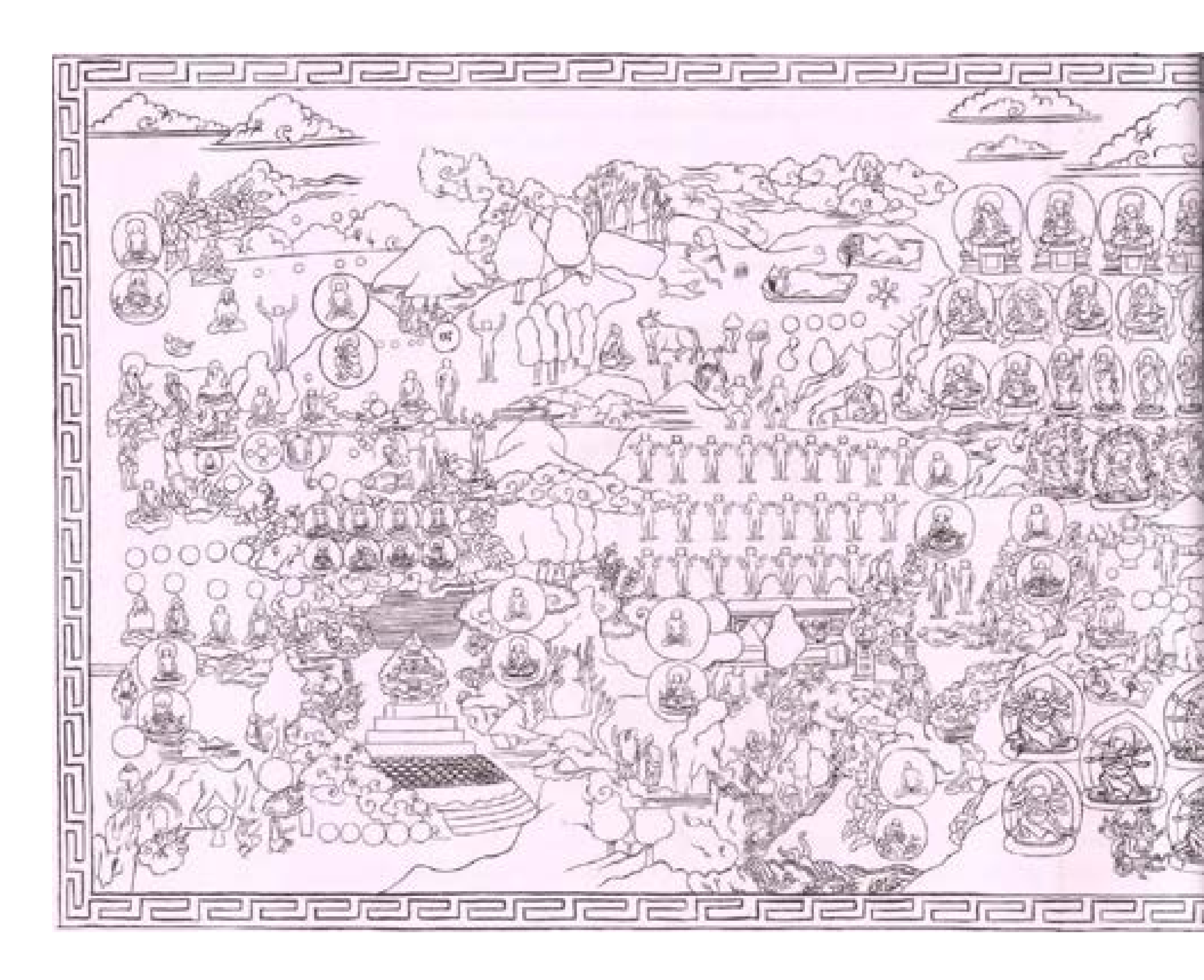
A lo largo del mural del Norte, los yoguis contemplan exhibiciones visionarias y esferas multicolores que, en última instancia, simbolizan la Gran Perfección, la etapa del Dzogchen donde la mente y el universo se interpenetran felizmente, sin estar ya limitados por las apariencias convencionales. El espacio abierto de la mente liberada recuerda las palabras de Blake, que escribió: "Cuando se limpian las puertas de la percepción, todo aparece ante la mente tal como es– Infinito."

"Todo lo que aparece no existe realmente tal como lo percibimos.
Son simplemente imágenes vacías. Nuestra comprensión de su verdadero modo de existencia es tan errónea como la de alguien que se deja engañar por los hechizos de un mago."

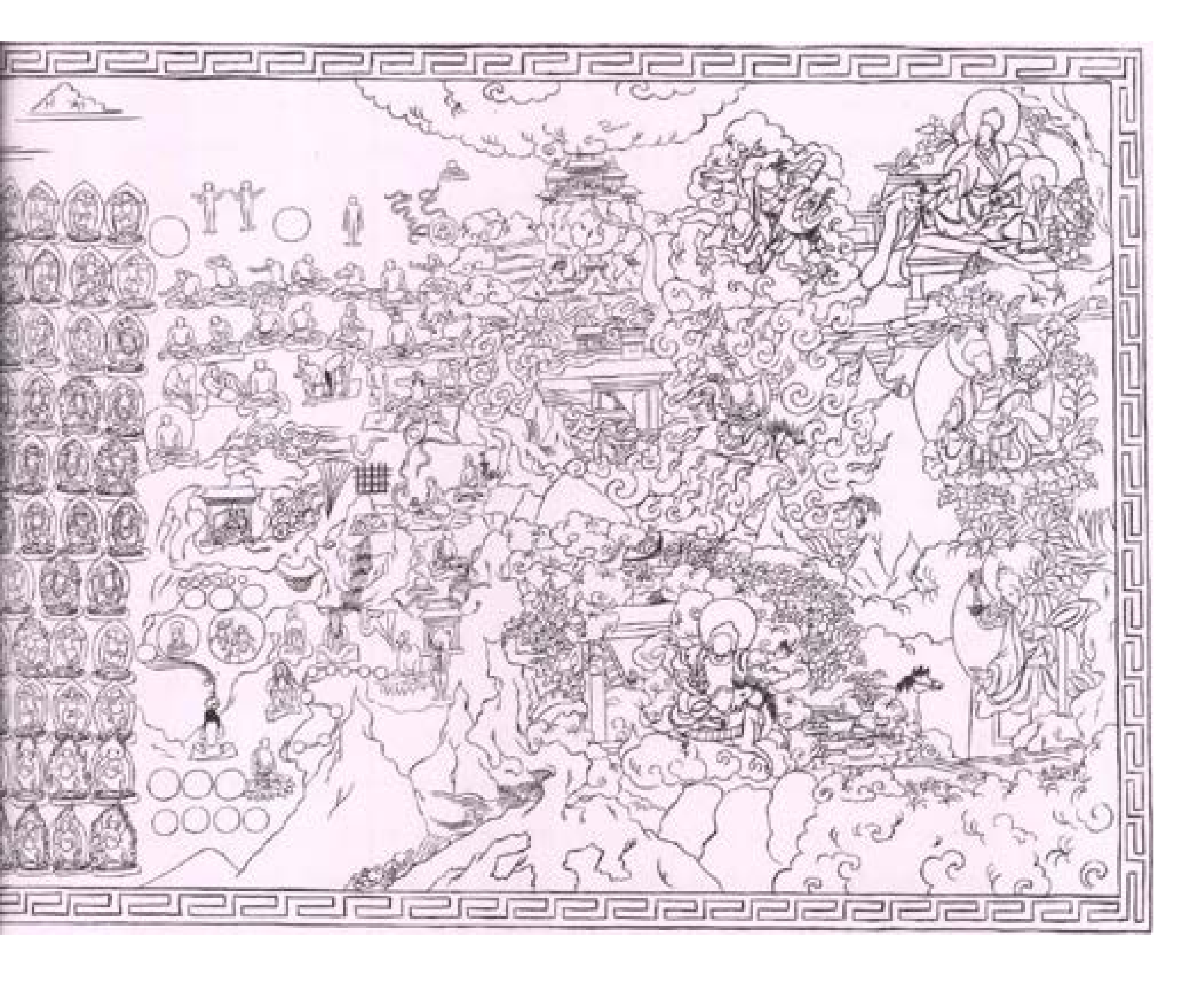
El Segundo Dalai Lama
"Disipando la Oscuridad desde el Corazón"



El Mural Norte y las Inscripciones en las Paredes



El mural Norte de Lukhang mide aproximadamente 460 cm (180 pulgadas) de largo y 140 cm (54 pulgadas) de alto, sin contar el panel de 150 X 53 cm (59 X 21 pulgadas) severamente dañado en la esquina Noroeste que ilustra veintiuna introducciones diferentes a la naturaleza de la mente a través de analogías de los cinco sentidos. Esta sección también muestra técnicas para inducir visiones, como la "ola vajra" y la luz del sol reflejándose en el cristal que sostiene un grupo de yoguis en la parte inferior del panel. Pasando al mural principal, se muestran los cinco elementos que se originan en el útero primordial del espacio y se fusionan debajo para formar el universo manifiesto representado como el Monte Meru y sus continentes circundantes. Internamente, estos mismos elementos son los vehículos de la conciencia sutil y proporcionan la base para el viaje de la mente desde la ignorancia hasta la iluminación. En la sección media superior, la escena de la concepción y el nacimiento fluye hacia abajo, hacia la formación del cuerpo físico y sus canales de energía sutil. En la parte inferior, hay escenas de una casa en llamas y dos hombres ahogándose en un arroyo. En el centro del mural están las visiones de deidades que ocurren en el Bardo, el reino intermedio entre la muerte y el renacimiento, que, si se reconocen como proyecciones mentales, se convierten en la base para la liberación de la rueda de la existencia cíclica. A la derecha están los movimientos yóguicos que abren la red de canales de energía sutil dentro del cuerpo y lo preparan para meditaciones Tántricas superiores. A continuación se



muestran algunos de los Seis Yogas incluido el *tummo*, el yoga del calor psíquico, y el *powa*, en el que la mente se proyecta fuera del cuerpo. Otras escenas representan las prácticas meditativas del Dzogchen, donde la mente se baña en visiones vacías que emanan del Dharmakaya, el ritmo de la realidad última. En el extremo derecho, hay tres formas de Padmasambhava que someten las energías demoníacas y las convierten en aliadas en el camino Budista hacia la iluminación.

Todas las inscripciones de los murales de Lukhang proceden de capítulos del compendio de textos revelados de Rigdzin Perna Lingpa titulado "La Recopilación de las Intenciones de Samantabhadra." Las palabras terminan después de la descripción de las posturas del yantra yoga (*trulkhor*), lo que sugiere que uno ha entrado en el reino de lo inefable o, al menos, que los relatos textuales ya no son necesarios ni aconsejables. En todos los casos, los textos que acompañan a las inscripciones son crípticos recursos mnemotécnicos destinados únicamente a recordar al iniciado, en este caso el Dalai Lama, los puntos esenciales de la práctica. En las páginas siguientes se han incluido todos los textos Tibetanos en el orden en que fueron transcritos por un monje Tibetano que residió anteriormente en Lukhang. La secuencia de las inscripciones no es definitiva y el orden puede diferir del que se presenta en el *Dzogchen Kunsang Gongdu* de Perna Lingpa. Las traducciones un tanto libres de estos textos místicos que siguen ofrecen una vívida, aunque a veces críptica, entrada al mundo secreto del Tantra Tibetano."

བྱང་ངོས་ཀྱི་ཕྱེབས་ཁྲིམ་ཡིན།

༄ ཀུན་བཟང་དགོངས་པའི་རྒྱུད་ལེའུ་བཞི་པ་ལས། རྡོར་སེམས་ལ་འཁོར་འདས་གཞི་ལམ་ཉོན་མོངས་ངོ་བོ་ཆོས་སྐུ་ནག་གཅིག་བྱུབ་བྱེད་པས་རྫོགས་ལུས་པོ་བྲང་དུ་གྲུབ་པ་རྣམས་བསྒྱུར་པ། ལུས་སྦྱང་བ། རིགས་ལ་རྫོགས་པ། མ་དག་འགྱུབ་པའི་འོད་དུག དག་པ་ཡེ་ཤེས་འོད་རིགས་ལྔ། འབྱུང་བ་མེད་པའི་སྣ་ཚོགས་དུ། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཞིང་ཡང་མེད། མཁའ་ལས་རླུང་བྱུང་རླུང་ལས་ཆུ། ཆུ་ལས་ས་བྱུང་དེར་འགྲོ་བ་བརྟེན། ལྷ་གཞི་ནང་དུ་རླུང་བྱུང་དེ་ལས་རྣམ་བྱང་དེ་ལས་ཤ་དེ་ལ་སེམས་ཀྱི་གནས་བརྟེན་བྱང་བ་སྐྱིང་བཞིའི་ལེའུ་འདི་རྫོགས། ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་སྟོན་འགྲོ་མི་རྟག་འཆི་བ་དྲན་པ། ཙིཏྟ་འོད་གསལ་ཕྲུམ་པའི་ནང་དུ་འཚར་འོད་བསྟན་པ་སྒྲིབ་ལས་བརྒྱུད་དབང་པོའི་སློ་ལ་འཆར་བ། ཀུན་བཟང་ལ་རྡོར་སེམས་ཀྱིས་རང་ལུས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཇི་ལྟར་གནས་ཞུས་ཞུས་པ། ཨ། བརྟེན་པ་བཞེངས་གཉེན་ཐུགས་འཚོལ་བ། རྫ་བ་གཡེངས་མེད་གང་ཤར་གཉེན་པོས་གཅོད་པ། མི་འོང་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་གསལ་བ། ཉམས་ལེན་སྟོན་བཞིར་གསལ་བ། ལག་ལེན་གནས་ལུགས་ཐོག་ཏུ་སྟོན་པ། གནས་པ་ཙིཏྟ་ལས་ཆེན་དབང་པོའི་སྒོ། ཁྱེར་སོ་འཛིན་མེད་རང་གྲོལ། མཐར་ཐུག་སྣང་བ་གཉིས་ཆོས་ཟེར་གཏད་པ། ཐིག་མཐར་སྐུ་མེད་ལྷུགས་པར་འདེབས་པ། ཁྱབ་བྱ་ཀུན་བཟང་ཀློང་དུ་སྐྱོར་བ། ཆོ་འཕྲུལ་སྣང་སྟོང་གཉིས་ཀྱི་ཀློང་དུ་ཤར་བ་རང་ལུས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་བསྟན་པའི་ལེའུ་འདིས་སོ། ཞིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ། ཀུན་བཟང་། ཀུན་བཟང་། ཀུན་བཟང་། ཀུན་བཟང་། ཀུན་བཟང་། རྡོར་སེམས། རྡོར་སེམས། རྡོར་སེམས། རྡོར་སེམས། ཀུན་བཟང་། འཕྲུལ་བཞི་གཏད་འབེབས་ཧི་རྒྱ་རྒྱ་མཚོ་ལས། ལས་ཀྱི་གྲོལ་འཛོམས་རྩལ་བྱི་བ་དང་ཕྱིས་པས། མ་རིག་པ་སྐྱིན་དང་ཁྱབ་དང་སྤྱད། ཀུན་བཟང་། རྡོར་སེམས། རྡོར་སེམས། ཤེས་པ་དྲན་ཚང་འཕྲུ་དུས་དའི་ལས་བྱུང་དམ་ཡིག་ལས་བྱུང་དམ་སོགས་ལྷུན་གྲུབ་རྟགས་རྟེ་ལས་བྱུང་བ་འདི་ལན་གྱི་ལེའུ་རྫོགས། ཞིང་ཁོང་པ། ཁ་དོག་འོད་ཁྱིམ་ལྷ་ཧི་མ་འཚལ་ཁྱིམ་དུ་གསལ་བ་ཡེ་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་མ་རིག་པ་འཁྲུལ་བའི་ལེའུ་འདི་ལན་གྱིས་རྫོགས། ཧི་མར་སྨྲུན་པའི་གཞི་མེད་ཀུན་སྐྱིན་གྱིས་སྐྱོ་བུར་སྒྲིབ་པ་རྒྱ་བའི་འཁྲུལ་གཞི་བརྟེན་པ་འདི་ལན་གྱིས་རྫོགས། གསེར་ནག་པོར་མཐོང་བ། སྤྲིན་དུ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་མཆིང་ཀར་གནས་པ། དཀར་པོ་མི་འོང་ཡེ་ཤེས་སེར་པོ། མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་དམར་པོ། སོར་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་ལྗང་གུ་བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་དབུས་སུ་ཧི་མའི་གཉེན་པོ་ལྟར། རྒྱུགས་རྟེའི་འོད་ཁ་དོག་གསུམ་ལྟར་དུ་གནས་པ། འོག་ཏུ་རླུང་གི་ཡེ་ཤེས་རིག་པ་འདེབས་པ། ཞིང་། གཡས་ཀྱི་དང་པོ། སྣང་མཐའ་ཡབ་ཡུམ། རྡོར་སེམས་ཡབ་ཡུམ། རྣམ་པར་སྣང་མཛད་ཡབ་ཡུམ། རིན་འབྱུང་ཡབ་ཡུམ། དོན་གྲུབ་ཡབ་ཡུམ། འཇམ་དཔལ་དང་ཨ་མོ་གྷ་ས། སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་གི་ཏི་མ། ནམ་སྙིང་དང་རྒྱ་ལེ་མ། ཀུན་བཟང་དང་སྣ་ལེ་མ། བྱམས་པ་དང་སྤྲེ་མ། ས་སྙིང་དང་བྱ་ཤུ་མ། སེམས་དཔའ་སེམས་མ་དེ། སྒྲིབ་སེལ་དང་གཉེ། ཕྱག་རྡོར་དང་སྟི་ཏ་མ། ཐུབ་པ་དྲུག་དེ། ལྷའི་ཐུབ་པ་བརྒྱ་བྱིན། ལྷ་མིན་ཐུབ་པ་ཐགས་བཟང་། མིའི་ཐུབ་པ་ཤཱཀྱ་ཐུབ། དུད་འགྲོ་ཐུབ་པ་རབ་བརྟན། ཡི་དྭགས་ཐུབ་པ་ཁ་འབར། དམྱལ་བའི་ཐུབ་པ་ཆོས་རྒྱལ། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ། སྟོབ་ཡབ་ཡུམ་བཞི་དེ། རྣམ་རྒྱལ་ཡབ་ཡུམ། གཤིན་རྗེ་གཤེད་ཡབ་ཡུམ། རྟ་མགྲིན་རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ། བདུད་རྩི་འཁྱིལ་ཡབ་ཡུམ། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ། ཀུན་བཟང་། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ། རྡོར་སེམས། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའ། ཀུན་བཟང་། རཏྣ་ཧེ་རུ་ཀ་ཡབ་ཡུམ། བུདྡྷ་ཧེ་རུ་ཀ་ཡབ་ཡུམ། པདྨ་ཧེ་རུ་ཀ་ཡབ་ཡུམ། བཛྲ་ཧེ་རུ་ཀ་ཡབ་ཡུམ། ཀརྨ་ཧེ་རུ་ཀ་ཡབ་ཡུམ། རྡོར་སེམས། རྡོ་རྗེ་ལྷང་ནག་ཁྲོ་གདོང་། སེང་མོ་ཁྲུང་གདོང་། རོར་སྲུང་ལྷང་ནག རྡོར་རྗེ་ལྷང་ནག རྡོ་རྗེ་དམར་མོ། རྡོ་རྗེ་དམར་མོ་ཁྲ་གདོང་མ། སྒྲ་ཆེན་ལྷང་ནག ཆུ་ལྷ་སྔོན་མོ། ལས་གདོང་ནག་མོ། མི་མོ་དམར་མོ། རྒྱང་ལྷ་སེར་མོ། ལས་གདོང་ནག་མོ། རོར་སྲུང་ལྷང་ཀུ། འདོད་ལྷ་དམར་མོ། སྲིན་མོ་རྡོ་རྗེ། རྡོ་རྗེ་སེར

Traducción de las Inscripciones en la Pared del Mural Norte

[Comienza en la Esquina Noroeste]

Al mediodía, se muestran imágenes de las deidades pacíficas e iracundas con brocados y ornamentos y se cubren los ojos con un espejo [págs. 80-81]. En una habitación oscura, el maestro vajra debe presionar de repente los *nadis* [del discípulo] [págs. 82-83] y, de manera oculta, realizar los saltos del tambor vajra [pág. 81]. Mientras se recupera la atención plena, se debe señalar [la Luz Clara]. Se debe resolver [la naturaleza de los] arcoíris, las luces y los rayos. Moviendo cristales y agua y sosteniendo varias máscaras, diciendo HUNG, PHAT, se deben realizar actos de golpes y cortes [pág. 83]. Se debe reconocer el sonido natural de Dharmata, [la naturaleza última].

Mientras los rayos del sol penetran en una habitación oscura, se deben dejar caer sobre un recipiente de cobre lleno de agua. Bajo un cielo claro y sin nubes, uno debe acostarse boca arriba, cubrirse la cara con un paño y seguir los movimientos del sol [págs. 84-85].

[El texto Tibetano de la sección anterior está incluido en la transcripción Tibetana del mural Occidental.]

En el cuarto capítulo del *Tantra de la Visión de Samantabhadra*, el "Todo-benefactor" instruye a Vajrasattva sobre la naturaleza del Samsara y el Nirvana, el fundamento y el camino, la naturaleza de las emociones como el único Dharmakaya y, en la etapa de completitud, cómo realizar el propio cuerpo como un palacio celestial [págs. 65-67]. Los Cinco Budas ya están completos dentro del propio cuerpo [como la esencia de los cinco elementos]. La confusión impura se manifiesta como las seis luces. La sabiduría pura se manifiesta como la luz de la sabiduría de los Cinco Budas [págs. 86, 90-91].

Antes de la existencia de los cinco elementos, ni siquiera existía el nombre de Budas y Bodhisattvas. Del espacio primordial surgió el viento y del viento surgió el agua. Del agua surgió la tierra, que se convirtió en un soporte para los seres sensibles. El viento surgió dentro del útero [pág. 71], que se humedeció. De la humedad surgió la carne, que se convirtió en la morada de la mente.

La base de todos los caminos es reflexionar sobre la muerte y la impermanencia [p. 69]. La luz del arco iris que se manifiesta en el vaso de luminosidad en el centro del corazón fluye a través de los canales secretos y surge en las puertas de los cinco sentidos [pags 66, 79].

Vajrasattva le preguntó a Samantabhadra cómo el cuerpo de uno permanece como el mandala de los Budas: busca un maestro espiritual cualificado [p. 78]. Elimina todas las distracciones y ... aclara el espejo de la expansión del espacio. Ilumina tu práctica como las cuatro lámparas [pags 66-67, 87]. Permanece unificado en el Estado Primordial. Permanece dentro del centro del corazón. Las puertas de los sentidos son el camino supremo. Practica la Auto-liberación sin aferrarte. Finalmente libera todos los fenómenos aparentes en el Estado de Liberación. La realidad final es el silencio más allá de las palabras. El resultado es la unión con la expansión del Buda primordial, Samantabhadra, [el "Todo-benéfico"] [p. 91]. [Tanto la verdad como] la ilusión aparecen como la unión de los fenómenos y la vacuidad. Esta es la sección que señala al cuerpo de uno como el mandala de los Budas.

Como dice en *El Océano del Sol y la Luna* que resuelve las cuatro confusiones relativas a la forma de liberarse y emanar en el camino: "La ignorancia es como las nubes y el vapor." Aunque el sol nunca está oscuro, la base básica del engaño surge a través de oscurecimientos repentinos... y el oro se ve como negro.

Cuando la conciencia se mueva ligeramente, examina si surgiste desde afuera, si afuera surgió de ti mismo... Esto completa la sección [relativa] al surgimiento de la compasión presente espontáneamente.

Ser como una tierra pura [de los Budas, la naturaleza última] se manifiesta como colores, luces, las cinco familias de Budas, el sol, el arco iris y el zodíaco [pags 66-67, 88-91, 100-01]. Con esto se completa la sección que resuelve los engaños relacionados con la naturaleza de la sabiduría.

La sabiduría de Dharmadhatu [el Reino de la Realidad Última] habita como [espacio] azul oscuro. La sabiduría blanca como un espejo (aparece como] amarilla. La sabiduría de la ecuanimidad es roja. La sabiduría discriminativa es verde. La sabiduría que todo lo logra reside en el centro como la (luz blanca del] sol [págs. 65, 86]. La luz de la compasión reside como tres colores. La sabiduría [interior] de los vientos, (el flujo de

energía sutil del cuerpo] es generada por la conciencia primordial (Rigpa). Gran paz.

Las Deidades Pacíficas e Irritadas

Los Cinco Budas en unión con sus consortes [págs. 72-73, 92-93] [representando las cinco sabidurías como inseparables de sus objetos de conocimiento]. [Su fuente], Samantabhadra [el Buda Primordial, "El Todo-benefactor" y su emanación] Vajrasattva ["El Ser Adamantino"].

[Los Dhanyi Budas]: Amitabha en unión con su consorte (pags 92-93], Vajrasattva en unión con su consorte, Vairochana en unión con su consorte, Ratnasambhava en unión con su consorte, Amogasiddhi en unión con su consorte.

[Los Bodhisattvas masculino y femenino]: Manjushri en unión con Alokema, Avalokiteshvara unido con Gitima, Namnying con Dhupema, Samantabhadra con Malema, Maitreya con Pushpema y Ksitigarbha con Lasyama. Dribsel en unión con Ghenda, Vajrapani con Nityama.

Los Seis Munis [sabios realizados]: Indra Muni del reino de los devas, Thagzang Muni del reino de los asuras, Shakya Muni del reino humano, Rabten Muni del reino animal, Khabar Muni del reino de los pretas y Chogyal Muni del reino de los infiernos.

Los cuatro guardianes [del reino del Bardo]: Achala, Yamantaka, Hayagriva y Amrita Kundali, todos en unión con sus consortes. Vajrasattva, Samantabhadra, Samantabhadra, Vajrasattva. Ratna Heruka, Padma Heruka, Buddha Heruka, Vajra Heruka y Karma Heruka, todos en unión con sus consortes.

Las veintiocho diosas Shavari [del reino del Bardo]: la Diosa Vajra con Cabeza de Perro de color verde oscuro, la Raksasi con Cabeza de Garuda, la Diosa Protectora de la Riqueza de color verde oscuro, la Diosa Vajra de color verde oscuro, la Diosa Vajra de color rojo, la Diosa Vajra con Cabeza de Halcón de color rojo, la Diosa con Cabeza de Elefante de color verde oscuro, la Diosa del Agua de color azul, la Diosa con Cabeza de Cerdo de color negro, la Diosa con Cabeza Humana de color rojo, la Diosa del Viento de color amarillo, la Diosa Protectora de la Riqueza de color verde, la Diosa de la Pasión de color rojo, la Raksasi Vajra, la Diosa Vajra de color amarillo, la Diosa de la Gran Fuerza de color blanco, la Diosa con Cabeza de Zorro de color verde oscuro, la Raksasi de color rojo oscuro, la Diosa de la Escolta de color verde oscuro, la Diosa de la Alegría de color rojo, la Diosa de la Luna de color blanco, la Diosa Vajra de color blanco, la Diosa de la Paz de color rojo, la Diosa de la Alegría de color amarillo, la Raksasi de color marrón oscuro, la Diosa Pura de color naranja, la Diosa con Cabeza de Leopardo de color verde claro y la Diosa con Cabeza de Caballo de color azul.

Las cuatro guardianas de la puerta: La Dama verde con Cabeza de Zorro, la Dama roja con Cabeza de Mono, la Dama amarilla con Cabeza de Cerdo y la Dama blanca con Cabeza de Tigre.

Las ocho diosas con cabeza de animal: Ulumukha, Sila Bamukha, Shana Mukha, Kridha Mukha, Kaka roja oscura, Khaga Mukha, Byaghri Mukha y Singha granate oscura.

Los Keri Mamos locales (energías femeninas coléricas): Masha azul oscura, Tsanda amarilla, Kama verde oscura, Keri roja, Chori amarilla, Samoha roja, Beta negra y Sukasi naranja [pags 92-93].

Los movimientos yóguicos: [pags 46-47, 94-97]

[Para abrir el flujo de energía a través de los canales internos y *chakras*.] Primero... frotar las palmas de las manos y masajear continuamente los lados derecho e izquierdo del cuerpo. Segundo, rodear las dos plantas de los pies y rotarlas a derecha e izquierda. Tercero, untar [el cuerpo] con aceite y agitar. Cuarto, rotar el estómago tres veces a la derecha y tres veces a la izquierda. Quinto, "como empujar un vajra": mantener la respiración mientras se empuja con fuerza las dos manos hacia afuera. Sexto, "como arrojar una piedra": Las dos manos lanzan tres veces a la derecha y tres veces a la izquierda. Séptimo, rotar ambas manos y la cabeza tres veces, girando hacia afuera y hacia adentro. Octavo, gira la parte superior e inferior del cuerpo y el centro del corazón cada uno tres veces a la derecha y a la izquierda mientras mantienes la respiración, y [luego con fuerza] di HA, HA. Noveno, entrelazando ambas manos, gíralas a la derecha y a la izquierda y golpéalas contra el [*chakra*] del corazón. Décimo, manteniendo la respiración, gira gradualmente tanto el hombro derecho como el izquierdo tres veces, hacia afuera y hacia adentro. Undécimo, con los puños en el centro del ombligo, golpéalo nueve veces... Empuja contra el estómago con las manos entrelazadas y haciendo mariposa con los dos codos, golpéalos contra [los lados del cuerpo]. Duodécimo, doblando las palmas a la altura del corazón, golpea alternativamente el costado del torso debajo de las axilas con los dos codos. Luego golpea las axilas y el centro del corazón. Decimotercero, presionando el cuello hacia abajo mientras entrelazas los dedos de ambas manos, gira los codos tres veces a la derecha y a la izquierda. Decimocuarto, "tirando del arco": Estirar los brazos

derecho e izquierdo tres veces. Girar las dos manos y golpear los hombros. Decimoquinto, girar los ojos y la cabeza tres veces cada uno. Doblar la cabeza hacia atrás, hacia delante, hacia la derecha y hacia la izquierda, nueve veces. Exhalar tres veces, expulsando el aire estancado. Decimosexto, “El Juego del León”: Sujetar los ojos con los dos dedos índice, tapar los oídos con los pulgares y tapar las fosas nasales con los dos dedos medios. Girar la cabeza tres veces hacia la derecha y tres veces hacia la izquierda. Después, exhalar tres veces. Decimoséptimo, de pie, sacudir las piernas hacia atrás, hacia delante, hacia la derecha y hacia la izquierda. Girar los dos brazos hacia la derecha y hacia la izquierda. Alternar sacudirlos hacia delante dos veces. Decimoctavo, de pie, tocar el suelo con las dos manos y luego ponerse de pie. Alternar esto nueve veces. Decimonoveno, De pie, golpear los talones, saltar y sacudir las piernas y los brazos por turnos. Vigésimo, saltar con las piernas cruzadas en posición vajra y caer de espaldas al suelo. Sacudir el cuerpo tres veces. Vigésimo primero, acostado, saltar en el aire tres veces mientras se retiene la respiración. Vigésimo segundo, rodar hacia adelante y hacia atrás en el suelo. Rodando hacia adelante, tocar el suelo con la frente. Rodando hacia atrás, rotar las piernas y tocarlas con el suelo. Sacudirse el cuerpo mientras se dice con fuerza HA tres veces. Vigésimo tercero, sentarse en las siete posturas de Vairocana: Las piernas cruzadas en posición vajra, las manos en postura de meditación, la columna recta como una pila de monedas de oro, los ojos bajados hasta la punta de la nariz, la lengua tocando el paladar, los hombros estirados como las alas de un buitre y el cuello doblado como un corcel supremo. [En las páginas 96 y 97 se ilustran las posiciones 1-7 comenzando desde la esquina superior derecha; las posiciones 8-14 se muestran comenzando desde la izquierda y continúan en la tercera fila desde la derecha.]

Página 65: Esta sección del mural Norte de Lukhang representa un reino visionario donde las cascadas caen del cielo y las esferas de luz irradian dentro de un paisaje surrealista. En las prácticas del Tantra, los elementos sutiles más íntimos de la mente a menudo se manifiestan externamente, como se representa aquí mediante apariciones de tierra, agua, fuego, aire y una conciencia espacial que lo abarca todo.

Página 66: La mitad izquierda del mural Norte de Lukhang ilustra una amplia gama de prácticas místicas y visiones relacionadas. El montaje de imágenes sugiere un análogo visual a las enseñanzas Tántricas que sostienen que al liberar nuestros hábitos de percepción, el mundo mismo puede transformarse. Los murales de Lukhang proporcionaron a sucesivas generaciones de Dalai Lamas una guía ilustrada en su camino hacia la iluminación.







“Liberación o salvación significa liberación de la esclavitud. Los seres están atrapados y atados por el karma y el engaño... Cuando este estado de insatisfacción, o *dukkha*, se pacifica y se erradica, uno mora en el estado conocido como liberación.”

SU SANTIDAD EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

El gallo, el cerdo y la serpiente que giran en el corazón de la humanidad (abajo) simbolizan la codicia, la ignorancia y la agresión, las pasiones aflictivas que oscurecen nuestra naturaleza iluminada, representadas a la izquierda por el Buda Vajrasattva en un nimbo de luz. El panel siguiente representa escenas de parto, carnicería, una casa en llamas y dos figuras ahogándose en un arroyo. Estas imágenes ilustran la Primera Noble Verdad del Buda de que la vida convencional está teñida de sufrimiento y descontento. Como dijo el Buda: “¿Cómo puede haber risa, cómo puede haber placer cuando el mundo entero está ardiendo? Cuando estés sumido en la oscuridad, ¿No pedirás una lámpara?







"Todo ser viviente, en el curso de incontables vidas pasadas,
ha sido una y otra vez nuestra madre
y ha sufrido mental y físicamente por nosotros.
Inspíranos la mente despierta de la Gran Compasión,
que busca la iluminación y libera a todos los seres del dolor.
Inspíranos para seguir incansablemente los poderosos caminos del Bodhisattva."

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
"Al Linaje de los Seis Yogas"

Pagina 67: Esta escena alucinatoria de la sección superior del muro Norte ilustra las fuerzas interpenetrantes de la muerte y la procreación que caracterizan la existencia humana. Dos parejas hacen el amor en medio de cadáveres desmembrados mientras un *namuhe*, o conciencia incorpórea, busca renacer en el vientre de una mujer.
Un ser liberado permanece en un cuerpo de luz en las nubes de arriba.
A la izquierda, un yogui mira a los ojos de un toro mientras que, a la derecha, otro yogui contempla la imagen de una deidad Tántrica en unión extática. A lo largo de los murales de Lukhang, esta unión de opuestos impulsa a la mente a ir más allá de la visión dualista y contraída (simbolizada por los órganos sensoriales que flotan libremente) hacia un abrazo compasivo de toda la existencia.



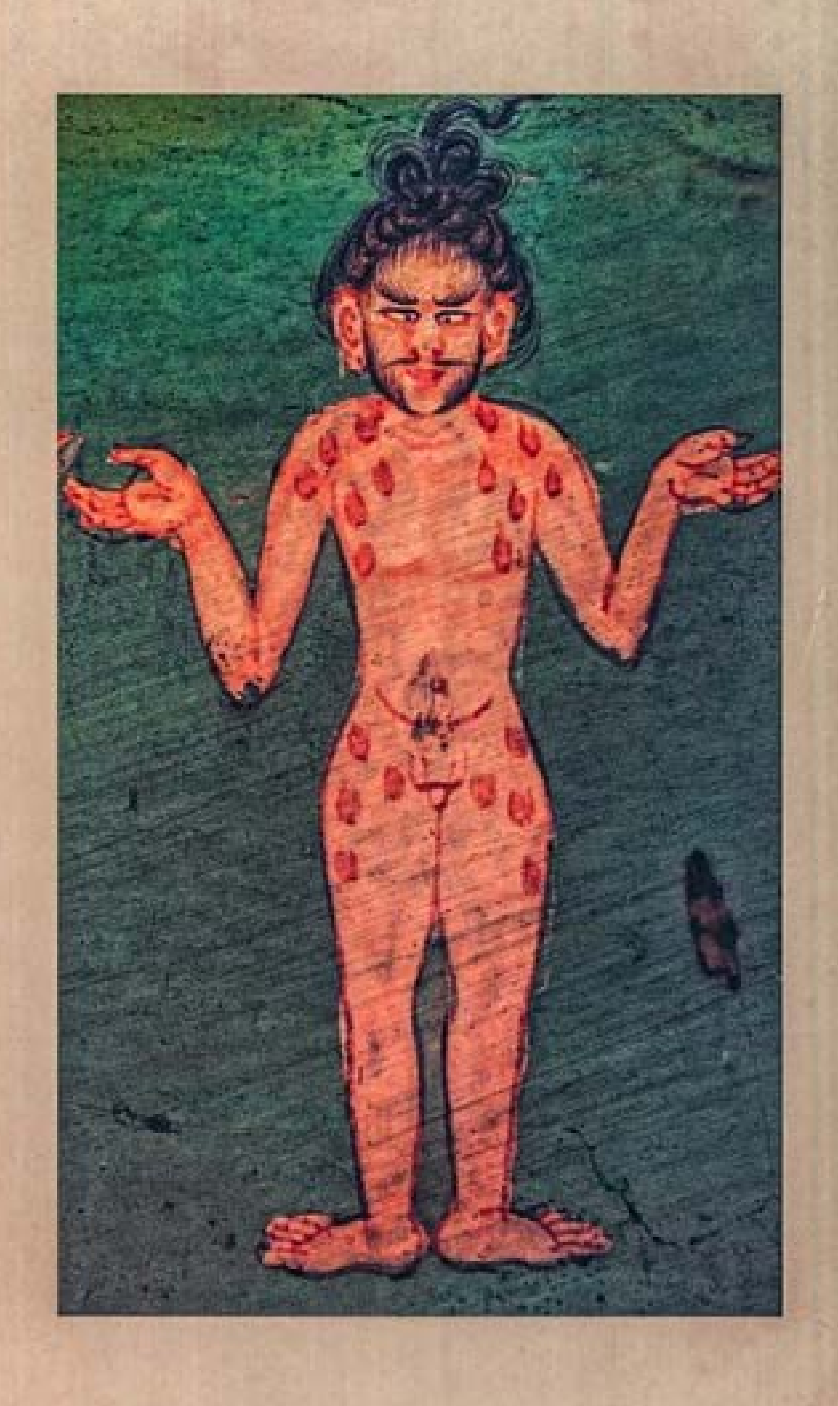




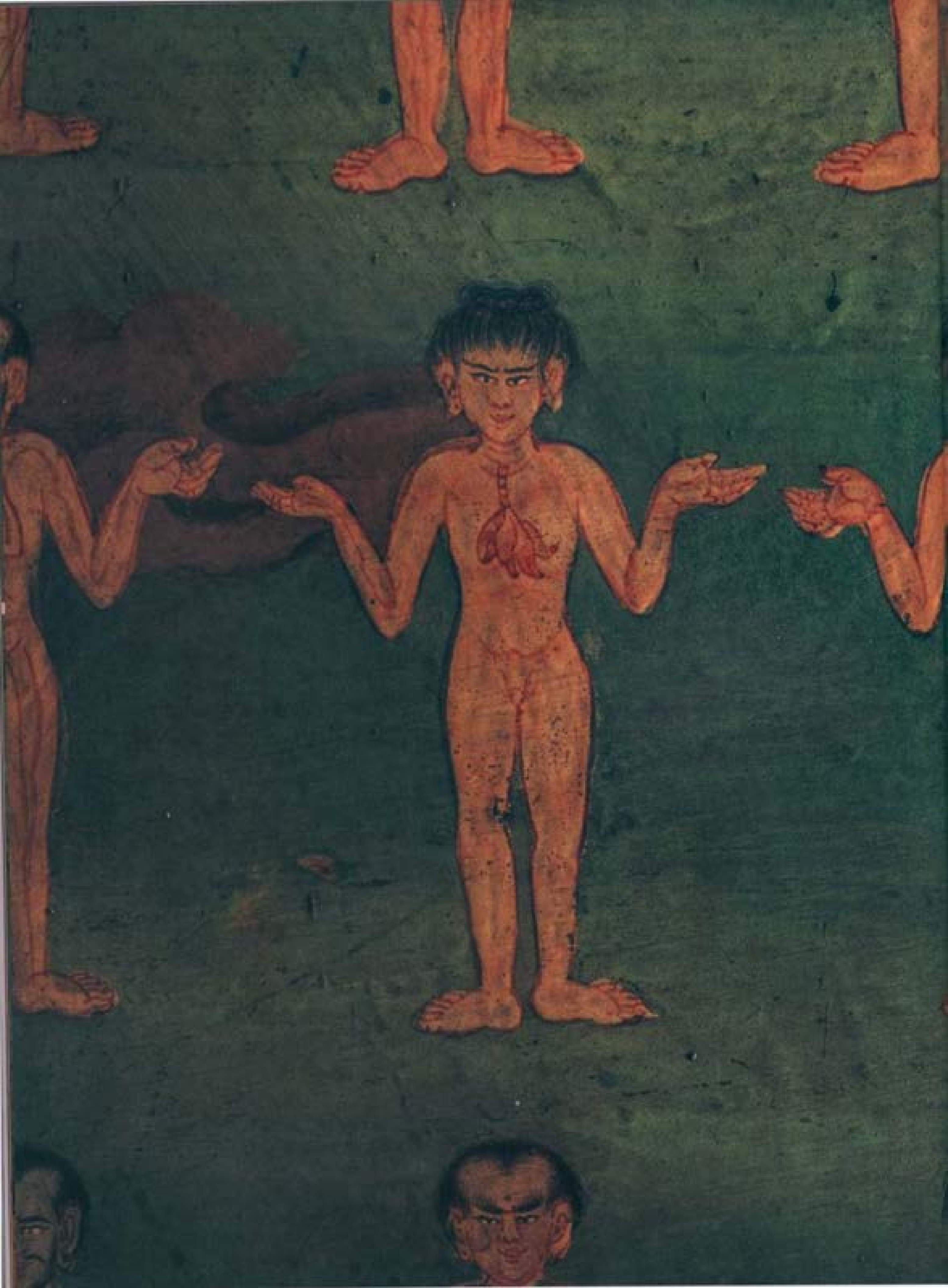


“Mediante prácticas Tántricas, como meditaciones sobre los *chakras* y los canales de energía, uno puede finalmente abandonar los niveles más burdos de conciencia… Cuando los niveles más sutiles de la mente se activan mediante prácticas Tántricas, pueden producirse realizaciones espirituales poderosas y se puede alcanzar rápidamente el objetivo de la iluminación.”

SU SANTIDAD EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA



El Tantrismo reconoce una fisiología paralela, o red de canales de energía sutil, dentro del cuerpo físico. Esta sección central de la pared Norte (ver también la página siguiente) ilustra el desarrollo de los *nadis, chakras* y esencias sutiles que, en el yoga Tántrico, son la base física para el despertar espiritual. Como se muestra, se cree que la energía psíquica circula dentro de dos canales laterales paralelos a la médula espinal. Cuando las energías “solar” y “lunar” de estos dos canales laterales, el *roma* y el *kyangma*, se llevan al *uma*, el canal central, el yogui alcanza un estado dichoso de percepción clarividente. Como escribió el Séptimo Dalai Lama: “Al cultivar estos métodos yóguicos, podemos... ver a través de todas las apariencias distorsionadas y... finalmente conocer el cuerpo como un sueño.”







“Existen muchos niveles diferentes de la mente, el más sutil de los cuales es la Naturaleza Búdica profunda, la semilla de la Budeidad. Todos los seres tienen dentro de sí esta conciencia sutil, y a través de la práctica de la meditación profunda y las acciones virtuosas, puede transformarse gradualmente en la Budeidad pura. Nuestra situación es muy esperanzadora: La semilla de la liberación está dentro de nosotros.”

SU SANTIDAD EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA
“Bondad, Claridad y Visión”



Las inscripciones en la esquina superior izquierda de la pared Norte dicen lo siguiente: “Busca un maestro espiritual cualificado y luego practica sin distracciones... unificado en el Estado Primordial. Permanece dentro del centro del corazón. Las puertas de los sentidos son el camino supremo. Practica la Auto-liberación sin aferrarte... El resultado es la unión con la expansión del Buda Primordial, Samantabhadra.”

“La realización en el Tantra comienza con la experiencia directa de la '’Luz Clara’... Para revelar niveles más sutiles de conciencia, los maestros a veces exponen deliberadamente a los estudiantes a experiencias aterradoras [derecha]. Algunas técnicas como el Dorje Lapchu, o ‘Onda Vajra’ – presionar puntos de energía precisos a los lados del cuello [al dorso]– son muy poderosas para despertar la Luz Clara, la luminosidad innata de la mente. Pero tales prácticas también pueden ser peligrosas. Si salen mal, el estudiante podría incluso morir. Por estas razones, las prácticas Tántricas sólo deben realizarse con un Lama experimentado y cualificado.”

Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama

“Todos los fenómenos son como imágenes en un espejo. Para ver si esto es así o no,
mira directamente a tu mente y déjate llevar por completo. Entonces lo sabrás.”
Lama Shabkar, Tsogdruk Rangdrol, “El Vuelo del Garuda”








༄། །དྲན་པ
གསོལ་དུས་གསལ
འདེབས།



"En muchos textos Tántricos se mencionan métodos para introducir el cuerpo sutil ilusorio, o 'Cuerpo Arcoiris'... Esta pintura ilustra cómo todas las apariencias son, en esencia, el deporte, o juego, de la Mente Innata de Luz Clara. En los niveles más elevados de la práctica Tántrica, los grandes yoguis pueden realmente alcanzar este cuerpo sutil de luz y utilizarlo para beneficiar a innumerables seres."

Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama



Las inscripciones de la pared dicen: “Bajo un cielo claro y sin nubes, uno debe recostarse boca arriba, cubrirse la cara con un paño y seguir los movimientos del sol... Mientras los rayos del sol penetran en una habitación oscura, dejar que caigan sobre un recipiente de cobre lleno de agua... Las luces, rayos y arcoíris [reflejados en un cristal] deben reconocerse [como la unión de la vacuidad y la apariencia].”



Las luces circulares, símbolos de estados expandidos de conciencia, se manifiestan tanto dentro como fuera del cuerpo del practicante. Abajo, un yogui señala un gran cristal, utilizado en las enseñanzas Dzogchen para señalar la naturaleza fundamental de la conciencia. Al igual que la mente más interna, la naturaleza de un cristal es clara y transparente; refleja el color de cualquier objeto que se coloque frente a él.





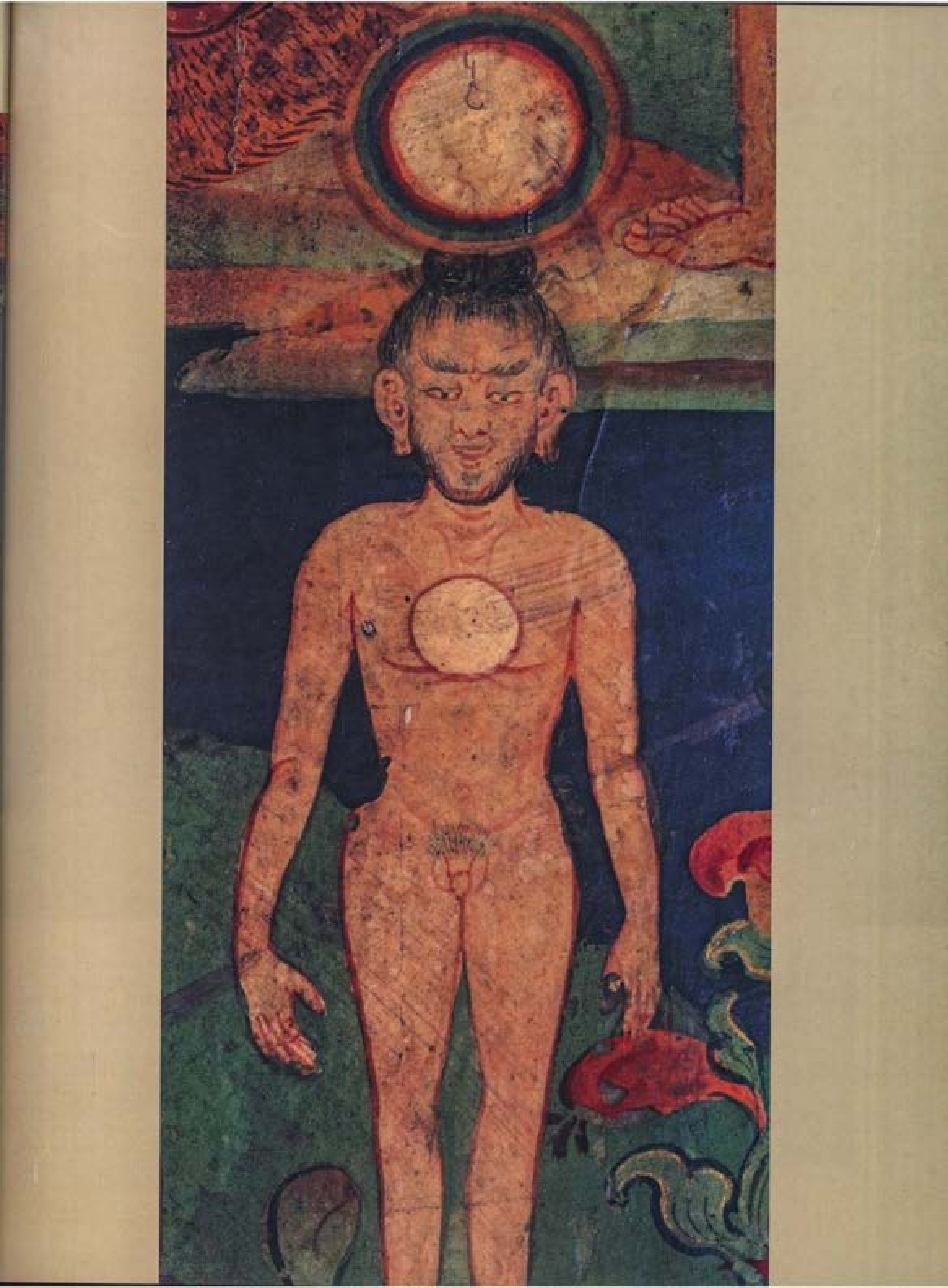
"La luminosidad, o la claridad natural de la mente, no es algo que pueda explicarles completamente con palabras. Si, por otra parte, emprendes estos experimentos por tu cuenta, comenzarás a comprender a través de la experiencia y finalmente podrás decir: "¡Ah!" ¡*Esa* es la naturaleza luminosa de la mente!."

Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama
El Mundo del Budismo Tibetano



"La mente no tiene tamaño ni forma, sólo conciencia.
La iluminación ocurre cuando ya no hay obstáculos para
nuestra conciencia o visión espiritual...
La conciencia no penetra ni se expande,
simplemente se abre a lo que siempre ha estado presente."

Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama





“Abandona el hábito de aferrarte a la forma en que las cosas se perciben ordinariamente...
Coloca todo lo que aparece dentro de la visión del Mandala y ve a todos los seres como formas Tántricas.”

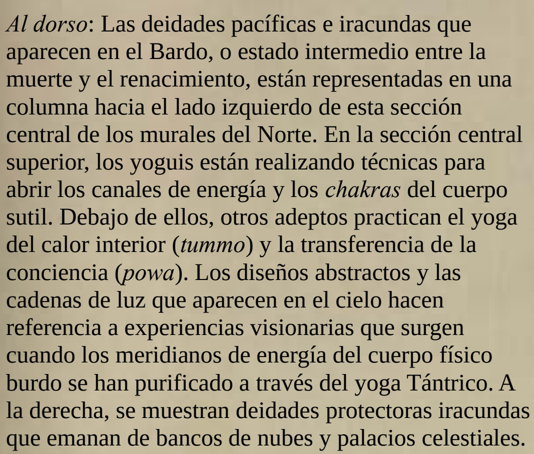
EL SEGUNDO DALAI LAMA
“Canción del Camino Tántrico”

Buda Kuntuzangpo, “El Todo Benéfico” (en la página anterior, arriba)
Bodhisattva Vajrasattva, “El Ser Adamantino” (en la página anterior, abajo)









Al dorso: Las deidades pacíficas e iracundas que aparecen en el Bardo, o estado intermedio entre la muerte y el renacimiento, están representadas en una columna hacia el lado izquierdo de esta sección central de los murales del Norte. En la sección central superior, los yoguis están realizando técnicas para abrir los canales de energía y los *chakras* del cuerpo sutil. Debajo de ellos, otros adeptos practican el yoga del calor interior (*tummo*) y la transferencia de la conciencia (*powa*). Los diseños abstractos y las cadenas de luz que aparecen en el cielo hacen referencia a experiencias visionarias que surgen cuando los meridianos de energía del cuerpo físico burdo se han purificado a través del yoga Tántrico. A la derecha, se muestran deidades protectoras iracundas que emanan de bancos de nubes y palacios celestiales.







Un sistema fluido de veintitrés movimientos yóguicos que vinculan el cuerpo, la respiración y la mente, estos *trulkar*, o ejercicios yóguicos (ver arriba y al dorso), se utilizan para abrir los canales de energía sutil del cuerpo. Como comentó Su Santidad: “Estos yogas mejoran el flujo de energías a través de los diferentes canales. Una vez que estos canales de energía funcionan sin problemas, la práctica de la meditación se profundiza... y uno puede entrar en las prácticas Tántricas superiores.” (Consulte las páginas 62-64 para obtener una traducción completa de las inscripciones murales Tibetanas que describen estos movimientos yóguicos, así como las de las páginas 96 y 97).

Los yoguis de las páginas 98 y 99 ilustran los tres canales principales de energía sutil del cuerpo (*roma*, *kyangma* y *uma*), con la sílaba semilla “AH” —que representa el Estado Primordial— superpuesta sobre el centro de loto del corazón. Cuando las energías de los dos canales laterales se unifican en el canal central, se dice que el cuerpo experimenta una gran dicha mientras la mente penetra en niveles de conciencia cada vez más sutiles, simbolizados por la ventana sin cortinas que se abre a una extensión luminosa.



La escena fantástica de las páginas 100 y 101 muestra a los yoguis realizando prácticas místicas dentro de un paisaje surrealista de cielos y montañas interpenetrados. La base de todas las apariencias es la energía de la conciencia intrínseca que fluye a través de los meridianos de energía central de los yoguis, simbolizando la conciencia unificada que penetra hasta el corazón de la realidad. Los signos animales del zodíaco Tibetano aparecen en la parte superior izquierda junto con esferas de luz que representan los reinos de Buda y cinco dakinis con cabezas de animales del Bardo, el reino intermedio entre la muerte y el renacimiento. Como afirmó el Dalai Lama: “Es vital comprender y desarrollar la profunda convicción de que la conciencia tiene el potencial de aumentar hasta un grado infinito.”















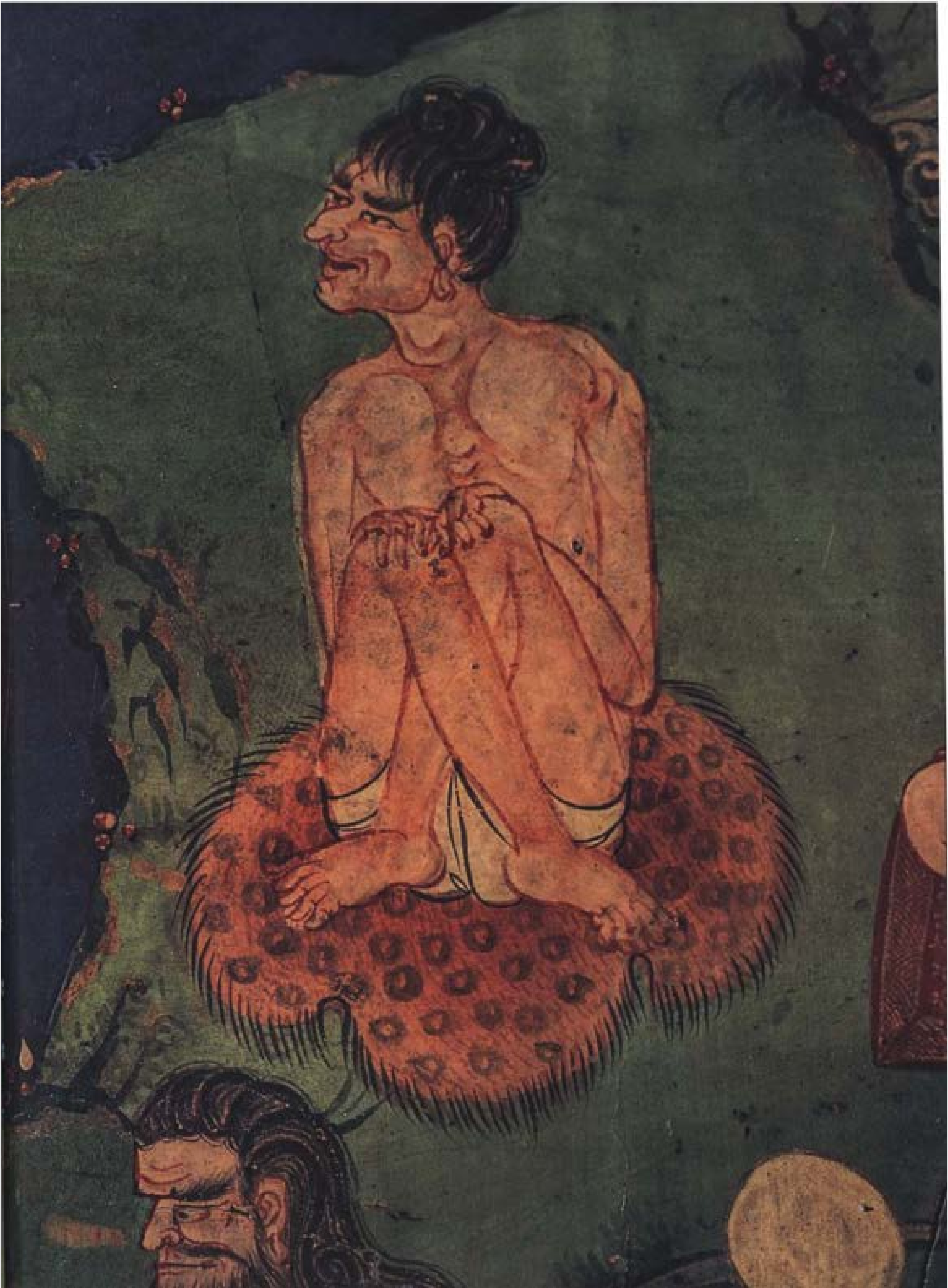
Los yoguis centran su atención en el sonido de una cascada, integrando la cascada de agua en movimiento con el elemento agua, o fluidez, dentro de sus propios cuerpos. La letra "AH" visualizada en el centro del cuerpo del yogui se refleja en la aparición externa de una gran "AH" acuosa a la derecha, que simboliza el Estado Primordial de la mente. A través de prácticas contemplativas, la mente se abre a su naturaleza esencial y ya no se deja llevar por puntos de vista falsos. Como dijo el Buda: "Por todas partes fluyen las corrientes de la ilusión... Sus poderosas olas arrastran a aquellos sin visión que están atados por deseos egoístas."





“Algunos meditadores no consideran que la percepción y la mente son indivisibles
y se aferran a lo que se percibe. Esta visión dualista no es correcta.
No persigas las percepciones externas. No te aferres a nada sustancial en tu interior.
Reposa en la inseparabilidad de la mente y la percepción.”

PALTRUL RINPOCHE
“Mente Auto-Liberada”



“Tu mente absorta en la dicha
y el vacío inseparable,
el flujo de la vida aparece
como un arco iris.
Un cuerpo que envía sin cesar
nubes de emanaciones
para hacer arder
de alegría este mundo.”

EL SÉPTIMO DALAI LAMA

“Canción que Invoca Rápidamente el Poder”

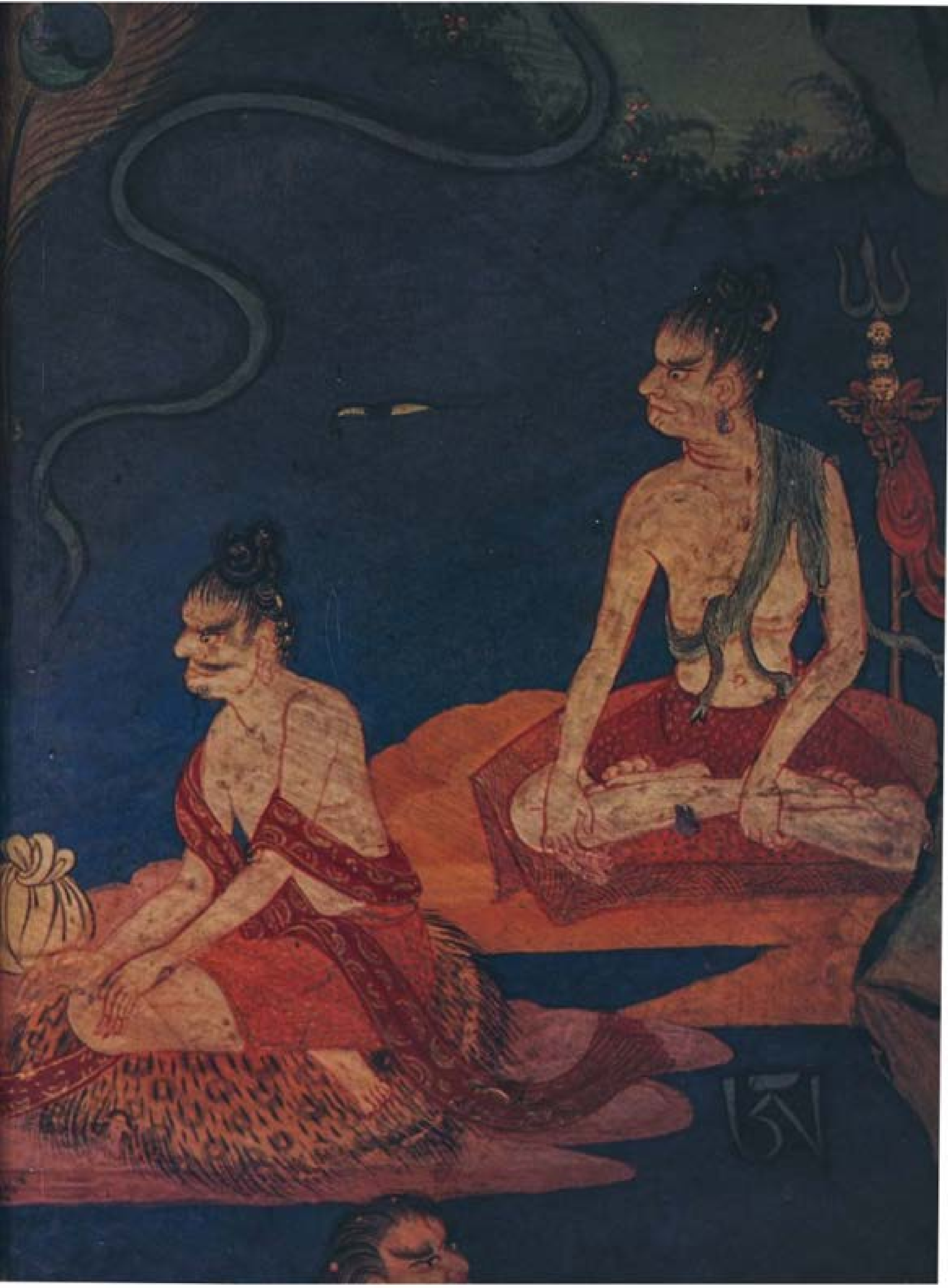




“El cielo de Luz Clara, la realidad última, impregna todo.
Ve todo en esta luz indescriptible de realidad;
sin sostener falsificaciones intelectuales, mira esta vacuidad inmaculada...
Observa el drama, la ilusión, la creación mágica;
sin pensar que es real, mira el rostro de la vacuidad;
sin permitir que surjan pensamientos negativos, vuélvete hacia el rostro de la Vasta Expansión.”

El Séptimo Daila Lama
“Canción de las Cuatro Consciencias”









La Pared Oeste

EL CAMINO DE LA LIBERACIÓN







La Pared Oeste

“Bañando la conciencia en la Luz Clara innata,
permanece inquebrantablemente en el yoga profundo y claro,
donde la meditación y la no meditación son indivisibles.”
El Séptimo Dalai Lama
1708-57

Páginas anteriores: En el centro del mural Occidental, los yoguis dan lugar a visiones de campos de Buda dichosos, reinos animales y guirnaldas de luces flotantes. En el camino del Dzogchen, la Gran Perfección, la mente ya no se esfuerza, sino que intuye directamente la naturaleza no dual de la mente y sus proyecciones.
En el “Espejo del Espacio Primordial,” las visiones se manifiestan de acuerdo con el progreso de la práctica.

Página anterior: En el camino del Dzogchen, la mente mira directamente a su naturaleza esencial, reconociendo que no es diferente de la mente del Buda. Como escribió Lama Shabkar: “Esta mente ordinaria, no fabricada y natural, no es otra que la expansiva Mente de Buda, libre de limitaciones. Los esfuerzos de análisis y cultivo nunca revelarán la naturaleza innata y esencial de la mente.”

Las pinturas de la pared Occidental del Lukhang ilustran una serie de técnicas contemplativas exclusivas de un sistema Tibetano de meditación llamado Dzogchen, la Gran Perfección. A diferencia de los yogas Tántricos basados en la transformación interior, los métodos del Dzogchen revelan directamente la esencia iluminada que subyace a toda experiencia y percepción. Por tanto, el Dzogchen se refiere menos a un camino particular hacia la liberación espiritual que a un estado de iluminación ya presente. Como afirmó Su Santidad: “Según la tradición Nyingma, el Dzogchen es el más profundo de todos los vehículos que conducen a la iluminación... pero a menos que el practicante tenga la capacidad de comprender las enseñanzas correctamente, pueden desarrollarse fácilmente puntos de vista erróneos... Sin una base intelectual y experiencial profunda, afirmaciones como ‘La Budeidad está más allá de las leyes de causalidad’, ‘no hay diferencia entre Samsara y Nirvana’ y ‘[Los fenómenos son] ni existentes ni inexistentes’ pueden conducir fácilmente a la confusión.” Se cree que sólo los practicantes más cualificados son capaces de la revelación directa del Dzogchen de la omnipresente Naturaleza de Buda, tal vez la expresión más mística de la tradición Budista Tibetana.

Como término utilizado en la religión comparada, el misticismo se refiere a la “experiencia sin yo, directa, trascendente y unitiva de Dios o la realidad última”,[29] un estado que “trasciende por completo nuestra conciencia sensorial-intelectual.”[30] En Dzogchen, la Budeidad se alcanza al despertar a la propia identidad esencial con el Buda Samantabhadra, “el cuerpo primordialmente puro de la realidad.”[31] La palabra Sánscrita Buda, literalmente “el Despierto,” se traduce en Tibetano como *sangye* – “purificado de emociones aflictivas” y “vasto en atributos iluminados.” Como se afirma en el Tantra de Dzogchen titulado *Culminación del Camino Supremo*:

> “Esta realidad que es pura, resplandor interior sin elaborar,
> permanece desde el principio, espontáneamente presente,
> sin aumento ni disminución...
> Este cuerpo de realidad de Buda inmutable...
> No es otra cosa que [la esencia de] la propia mente...
> Cuando la propia mente se realiza genuinamente,

La cognición prístina ilimitada del Nirvana surge como
dicha suprema."

En la transmisión del Dzogchen, se utilizan a menudo símbolos en lugar de explicaciones textuales o verbales para revelar realidades que están más allá del alcance de la mente conceptual. Sin embargo, en ningún otro lugar de la historia Tibetana esta representación simbólica de verdades sutiles ha alcanzado el grado de expresión que se encuentra en el mural Occidental de Lukhang. Estas pinturas ofrecen un registro extraordinario de la visión del Dzogchen que, en última instancia, sirve como espejo del propio potencial del espectador para una percepción purificada y expandida, el significado raíz de la palabra Tibetana para Buda. El arte siempre ha sido uno de los principales medios en el Budismo Tibetano para aludir a esta realidad invisible, como declaró Padmasambhava:

"Sobre la superficie de la pared de todo lo que aparece,
yo pinto la visión de la no dualidad
con el pincel de la meditación.
Sosteniendo las enseñanzas sobre la inseparabilidad
de la vacuidad y la apariencia,
soy el experto artista, 'El Nacido del Loto'."

La Gran Perfección

La tradición Tibetana afirma que el Dzogchen fue traído por primera vez al Tíbet por los maestros Padmasambhava, Vairotsana y Vimalamitra en el siglo VIII. Más tarde fue propagado por Nyingma, o la antigua escuela de traducción del Budismo Tibetano. La tradición Bön autóctona del Tíbet rastrea su propio linaje Dzogchen hasta la antigua civilización Shang Shung en la región del Monte Kailas en el Tíbet Occidental. Los eruditos también han notado sorprendentes paralelismos entre las formulaciones del Dzogchen y las tradiciones Budistas Cha'n (Zen) de China, así como el Shaivismo de Cachemira que floreció en el Noroeste de la India durante la época de Padmasambhava. La afirmación de Abinavagupta en *Tantraloka* de que "La liberación no es otra cosa que la conciencia de nuestra verdadera naturaleza" y pasajes de los *Sutras de Shiva* como "Ni rechaces nada, ni aceptes; mora en tu [ser] esencial que es una presencia eterna,"[32] junto con el simbolismo común de cristales y espejos, Indican influencias significativas, aunque no reconocidas. Debido en parte a los preceptos inflexibles del Dzogchen y al rechazo de un camino gradual hacia la iluminación basado en el escolasticismo y la moralidad mecánica, ha atravesado períodos de represión y persecución, particularmente por parte de la ascendente Escuela Gelug del Budismo Tibetano con su énfasis en la disciplina monástica. Aunque los Dalai Lamas eran los líderes nominales de la tradición Gelug, también fueron –desde la época del Quinto Dalai Lama– practicantes secretos del Dzogchen, que según sus seguidores ofrecía el camino más rápido y directo hacia el despertar espiritual.

Aunque los orígenes del Dzogchen están envueltos en mitos, el mural Occidental de Lukhang enfatiza la visión ortodoxa de que sus doctrinas se originaron entre los Rishis, o "videntes," de la antigua India. Sin embargo, sólo en el Tíbet las enseñan-

zas de la Gran Perfección se desarrollaron hasta convertirse en una metodología altamente sofisticada por la cual la Naturaleza Búdica innata podía ser realizada directamente dentro de toda experiencia.

Aunque presente en el Tíbet desde la época de Padmasambhava, el gran erudito y maestro de meditación Longchen Rabjam (1308-63) condensó los diversos Tantras del Dzogchen en el Nyingtik Yabzi (p. 204), Las cuatro secciones de la esencia más íntima; enseñanzas que continúan hoy en un linaje ininterrumpido. Al igual que la tradición Mahamudra de la escuela Kagyu, la visión del Dzogchen ha influido en casi todas las tradiciones Budistas Tibetanas, incluida la orden Gelug fundada por Tsongkhapa en 1410. El actual Dalai Lama considera al Dzogchen como una visión espiritual universal, ya que no se basa en la fe en un ser trascendente, sino en el reconocimiento directo de una "divinidad" interior que trasciende la cultura o la creencia. Como Padmasambhava describió la tradición que estableció en el Tíbet:

"[Dzogchen] es el ciclo secreto e insuperable del vehículo supremo [del Tantra],
la verdadera esencia del significado definitivo;
el camino corto para alcanzar la Budeidad en una vida."

Samsara y Nirvana

Basado en un texto Dzogchen titulado "La instrucción esencial de la lámpara iluminadora," el mural Occidental comienza ilustrando métodos para reconocer la continuidad de la conciencia iluminada en todos los reinos de la existencia. Las técnicas de Korde Rushen (págs. 130-135), que desarrollan la función imaginativa de la mente hasta su máxima capacidad, revelan cómo el Samsara, el estado de distracción dualista, y el Nirvana, la presencia clara y vacía, se construyen a partir de la misma base. Al representar existencias imaginarias en los reinos de los dioses, seres infernales, animales y espíritus atormentados, el practicante llega a reconocer que el sufrimiento es en gran medida auto-creado y que una conciencia innata y dichosa impregna todos los reinos de la existencia y los estados psicológicos.

Jatang Tsogdruk Rangdrol expresó la esencia de estas prácticas preliminares en "El Vuelo del Garuda": "Con la convicción de que el Samsara y el Nirvana son de un mismo sabor... camina, siéntate, corre y salta, habla y ríe, llora y canta. Alternadamente sumiso y agitado, actúa como un loco. Finalmente, permanece en un estado de paz y felicidad... Practicando de esta manera... tu realización se vuelve tan vasta como el cielo, tu meditación naturalmente radiante y... sin puntos de referencia, prejuicios o apegos, actúas espontáneamente... como un santo, sin hacer distinción entre el yo y los demás. Desapegado de lo que dices, tu habla es como un eco melodioso. Sin deseo de nada en absoluto eres como un Garuda que se eleva por el espacio o como un león intrépido y sin miedo... libre el principio, como nubes brillantes en el cielo".[33]

Las prácticas de Rushen se dividen en categorías externas, internas y secretas. En las prácticas de Rushen Externas, el adepto se retira a un lugar salvaje y deshabitado y actúa en los Seis Reinos de la existencia hasta que la capacidad imaginativa y creativa de la mente se agota (p. 131). Luego se llega a un estado de conciencia lúcida y sin objetos en el que uno descansa como un cadáver (pags 132-33) en completo reposo. Rushen Interna identifica los Seis Reinos como seis centros de energía, o *chakras*, a lo largo del eje central del cuerpo (pags 130, 132-33). Visualizando esferas de luz de diferentes colores en cada centro, los Seis Reinos se purifican a través de mantras semilla que hacen que el cuerpo se abra a la translucidez. Finalmente, en las prácticas del Rushen Secreto, el adepto combina diferentes posturas corporales, como la posición vajra (p. 130), con la recitación de sílabas mántricas y visualizaciones poderosas hasta que, como escribió el Segundo Dalai Lama, "la esfera de pureza primordial, la Gran Dicha y la propia mente se convierten en Un Solo Sabor."

En las prácticas de "voz" del Rushen Secreto, se muestra a los Rishis utilizando la sílaba semilla HUNG para disolver las apariencias convencionales y hacer surgir la naturaleza primordial de la mente (págs. 134 y 135). En esta práctica, las sílabas semilla se visualizan como pequeñas cuchillas que, en un acto de desmembramiento chamánico clásico, finalmente se vuelven contra uno mismo, liberando la energía primordial oculta dentro de las auto-percepciones habituales. En las prácticas finales de "mente" del Rushen Secreto, uno finalmente se transforma en una deidad iracunda, riéndose del cielo. Al revelar todo su potencial, la mente descansa entonces en un estado innato de conciencia lúcida y omnipresente. Como se afirma en las *Gotas de Elixir de la Creación y la Perfección de Vajrapani* (la deidad de la cognición prístina):

> "La extensión innata e inconcebible de la realidad
> no tiene impedimentos, no está elaborada y aparece como cualquier cosa.
> El Samsara y el Nirvana, no son diferentes, son primordialmente puros.
> Todo lo que se manifiesta en sí mismo se disuelve en la expansión innata."[34]

Conciencia Primordial

Los murales de Lukhang se basan en el *upadesha* Dzogchen, o preceptos secretos, que apuntan directamente a la conciencia iluminada más allá de las imaginaciones de la mente conceptual. "Aunque las impurezas y las perturbaciones puedan quedar impresas en la mente," explica Su Santidad, "su naturaleza esencial siempre permanece fundamentalmente pura. Esto implica que no hay una diferencia última entre el Samsara y el Nirvana." La práctica esencial del Dzogchen, "como la mente que mira a la mente," es Trekchö, o "cortar," en la que el estado de Rigpa, o conciencia primordial, surge inseparablemente de las experiencias de vacuidad, claridad y felicidad. Como afirmó Su Santidad: "La distinción del Dzogchen es que la conciencia última, más sutil e íntima, puede alcanzarse sin suprimir la actividad sensorial o cognitiva ordinaria. Incluso cuando surgen emociones "negativas," como la ira o el deseo... la mente no se identifica con ellas, sino que permanece en la naturaleza muy sutil de Rigpa... que percibe simultáneamente la verdad relativa y la verdad última."[35]

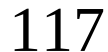
La sílaba mántrica AH aparece de manera recurrente en los murales de Lukhang (págs. 98, 99, 102, 138-141) como símbolo de la naturaleza primordial de la mente.

Visualizar AH, ya sea dentro o fuera del propio cuerpo, centra la atención en la conciencia luminosa e indivisa del propio ser esencial. Esta misma sílaba sirve como soporte primario en las prácticas Dzogchen de sueño lúcido. Lochen Dharma Shri, el maestro Dzogchen y creador apócrifo de los murales de Lukhang, describió el proceso en un texto titulado *Realizarse Uno Mismo desde el Engaño Esencial*: "[Visualiza] en tu corazón un AH blanco inmaculado que emite rayos de luz multicolores, que disuelven [todas las apariencias] del Samsara y el Nirvana... y los reabsorben en el AH luminoso [en el corazón]. Duerme con una visión clara, como la luna que se eleva en un cielo inmaculado. Tus sueños serán sin duda numerosos y claros."[36] Sin embargo, como en todas las prácticas del Tantra Budista, estos métodos nunca se aplican sólo para el propio beneficio. Como escribió el Segundo Dalai Lama en *El Yoga de los Símbolos*: "La luz irradia de la sílaba AH... disipando la oscuridad de la ignorancia de dentro de las mentes de todos los seres vivos, colocándolos en la esfera luminosa de la sabiduría innata."

En Dzogchen, la práctica de Trekchö es el principal medio para eliminar las percepciones engañosas que oscurecen la conciencia de la pureza primordial de la mente (*kadak*). Como explicó Su Santidad: "A través de Trekchö, el aspecto de sabiduría [de la mente] aumenta naturalmente hasta el punto en que uno experimenta manifestaciones espontáneas de Rigpa, o la mente sutil de Luz Clara." Sin embargo, como advierte Su Santidad: "Una comprensión intelectual de Rigpa y una basada en la experiencia nunca deben confundirse con la misma cosa."

El Camino de la Luz

En el Dzogchen, la naturaleza última de los sonidos, rayos y luces que existen espontáneamente se actualiza a través de los métodos de Tögal. Mediante la estabilización del flujo de energías internas con posturas corporales particulares (págs. 138-39) y métodos de respiración (pág. 137), y mediante la aplicación de miradas específicas junto con la visión de la inseparabilidad de la vacuidad y la apariencia, estas imágenes latentes surgen espontáneamente a través de un canal de energía sutil que se origina en la "esfera indestructible de luz de cinco colores" del corazón. La esencia del canal central, el tubo de cristal Kati, se curva a lo largo del exterior del cerebro "como un hilo de seda blanca" y, dividiéndose en dos extremos, termina en los ojos. A través de este "*nadi* de luz," el practicante se integra con la manifestación sin obstáculos de la naturaleza última (Dharmata). Rigpa, en este contexto, se denomina "La Lámpara del Conocimiento Auto-existente" que, como se afirma en el *Tantra de la Lámpara Brillante*, "reconoce todos los fenómenos manifiestos e inmanifiestos como carentes de existencia inherente" e inseparables de la naturaleza vacía y luminosa del perceptor.



A través de las manifestaciones visionarias de Tögal, el practicante libera los últimos vestigios del apego dualista y percibe directamente la Naturaleza de Buda que todo lo abarca.

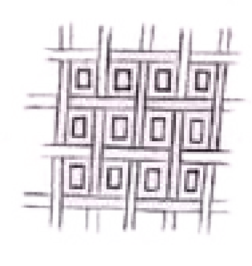
Su Santidad explicó que: "Las visiones de Tögal surgen como reflejos luminosos de la naturaleza más íntima de la mente. Cuando ya no nos aferramos al 'yo' que percibe o a las apariencias mismas, todas las percepciones engañosas se liberan naturalmente." En el contexto de Tögal, todas las apariencias surgen a través de los ojos, las "puertas de la sabiduría," como manifestaciones directas de un campo visionario unificado donde, como afirmó Su Santidad: "Los objetos de percepción ya no aparecen como entidades independientes y autónomas." Como escribe Thinley Norbu Rinpoche: "Cuando las divisiones entre sujeto y objeto y entre un sentido y otro desaparecen, la luz de la mente iluminada brilla en todas partes sin límites."[37]

Las prácticas de Tögal utilizan la luz, el espacio y la oscuridad para liberar la mente del aferramiento sutil que oscurece la Visión de la Realidad. Sin embargo, como explicó Su Santidad, sin una base sólida en Trekchö y la transmisión oral de un maestro experimentado, las visiones de Tögal no tienen más importancia que los colores y las formas que aparecen cuando se presionan contra los ojos. En los murales, los yoguis utilizan la luz del sol y la luna o las profundidades del cielo como soportes para percibir esta Naturaleza de Buda que todo lo impregna (págs. 146-147). Otros meditan en total oscuridad (págs. 142-143) para hacer surgir la mente interior de Luz Clara, a menudo descrita como una lámpara de mantequilla colocada dentro de un jarrón vacío (pág. 147). Al igual que los quarks en la física cuántica, las apariencias y la vacuidad surgen como una sola, lo que conduce a estados luminosos sin separación de los fenómenos internos y externos; análogo a la descripción de la realidad del físico David Bohm como una "totalidad ininterrumpida en movimiento fluido." Como afirmó Su Santidad: "Ciertas posturas, formas de respirar o de mirar al espacio... hacen que estas apariencias surjan, no externamente, sino como reflejos de la Rigpa plenamente manifestada, la mente sutil de Luz Clara... como expresiones de la naturaleza vacía y luminosa de todos los fenómenos."

Visiones de Liberación

Las cuatro visiones sucesivas de Tögal se describen como la Percepción Directa de la Naturaleza Última, la Visión de la Experiencia en Aumento, la Perfección de la Conciencia Intrínseca y la Disolución







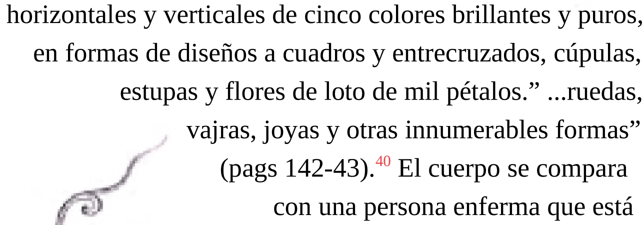


de [los fenómenos en] la Naturaleza Última. Estas visiones surgen inicialmente del corazón como auto-reflejos de los canales purificados, las energías y las esencias sutiles del cuerpo. Las visiones comienzan convencionalmente como hilos de luz fluctuantes que aparecen en la "Lámpara del Espacio Puro" de color azul oscuro (págs. 110-11). Al manifestarse como "la cadena vajra ondulante y revoloteante... ordenada con innumerables círculos menores como perlas en un hilo" (págs. 88, 100-01),[38] las visiones eventualmente se transforman en esferas luminosas, rejillas y discos de luz (págs. 142-45); formas primarias que anticipan los propios intentos del arte abstracto de transmitir lo que Kandinsky llamó el "misterio de las esferas." Como proclama el *Tantra de las Joyas Incrustadas*:

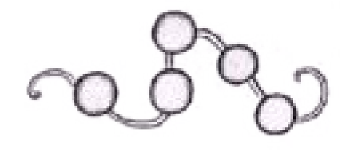
> "Si deseas ver la mente de todos los Budas,
> contempla la forma de la cadena vajra.
> Si deseas alcanzar la realización de todos los Budas,
> nunca te separes de la cadena vajra."

A medida que se desarrollan las visiones, Longchen Rabjam explicó que: "Uno se libera naturalmente de los apegos al cuerpo, los sentimientos, la mente y los fenómenos. Las virtudes aumentan naturalmente y las no virtudes se disuelven naturalmente... Uno desarrolla la clarividencia y otros poderes milagrosos."[39] Los signos de logro en las prácticas de Tögal son un tema principal del mural Occidental. En la primera visión, el cuerpo se compara con "una tortuga colocada en una palangana" (págs. 132-33), lo que significa que los vientos internos y los canales de energía están quietos y sin agitación sin esfuerzo. "El habla como la de un mudo" indica la libertad de los hábitos del discurso ordinario. "La mente es como un pájaro atrapado en una trampa" Indica el cese completo del pensamiento conceptual.

En la segunda visión de Tögal, se dice que los apegos se disuelven espontáneamente y se describe a Rigpa como un pájaro listo para elevarse. La manifestación de Dharmata, la naturaleza última, aparece como "formas de serpentinas de luz horizontales y verticales de cinco colores brillantes y puros, en formas de diseños a cuadros y entrecruzados, cúpulas, estupas y flores de loto de mil pétalos." ...ruedas, vajras, joyas y otras innumerables formas" (pags 142-43).[40] El cuerpo se compara con una persona enferma que está libre de toda pretensión y







y vanidad (p. 131). El habla se asemeja a las expresiones desenfrenadas de un loco libre de todo prejuicio. La mente se describe como similar a una persona bajo la influencia de una droga que altera la mente donde, como dijo Tsele Natsok Rangdrol: “Los procesos de pensamiento ordinarios se disuelven en la expansión primordial de la conciencia vacía.”

En la tercera visión en la que las apariencias alcanzan su completación, las exhibiciones del espacio se describen como abarcantes. “Los círculos aparecen en grupos de cinco o nueve sin patrones fijos, solos o en formaciones... apareciendo en todas partes hasta donde la experiencia los impregna [pags 110-11],” análogo al concepto místico de Dios de San Agustín como “un círculo cuyo centro está en todas partes y su circunferencia en ninguna parte” o el aforismo de Blake que dice: “La alteración del ojo altera todo.” En esta visión de la expansión total de la conciencia primordial, Tsele Natsok Rangdrol, un contemporáneo del Quinto Dalai Lama, explica con más detalle que: “Las manifestaciones... están más allá de toda descripción... Percibirás innumerables despliegues de campos de Buda en cada poro de tu cuerpo... en cada brizna de hierba, en cada hoja de un árbol y en cada mota de polvo.”[41]

Se dice que internamente todos los apegos a las apariencias externas e internas se disuelven en Dharmata, el estado último. El cuerpo se asemeja a un elefante que se hunde en el barro (p. 131), lo que significa que ahora uno puede moverse sin obstáculos a través de paredes y otras superficies aparentemente sólidas. El habla se compara con la de un niño de Kumbhanda cuya voz melodiosa cautiva a todos los que la escuchan. La mente se asemeja a una persona que se recupera de la viruela (p. 153). “Así como alguien que no tiene miedo de contraer la enfermedad nuevamente, habrás cortado todos los apegos al Samsara y podrás elevarte por los cielos y atravesar la tierra... libre del daño de los elementos y maestro de las apariencias que emanan y se transforman... Todo esto es el resultado de liberar la materialidad en luz. Alcanzarás... la iluminación dentro de este mismo cuerpo... liberado de las oscurecimientos del conocimiento dualista.”[42]

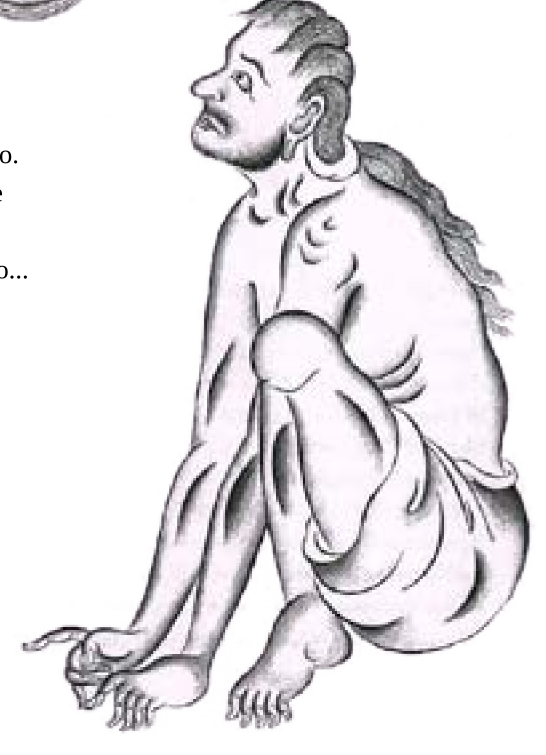
La cuarta visión de Tögal se describe como “la Presencia Espontánea [de las apariencias] disolviéndose de nuevo en el suelo de la pureza primordial.” El cuerpo se compara con un pájaro liberado de una trampa. El habla se describe como un eco (espontáneo y no artificial), mientras que la mente se asemeja a la experiencia indescriptible de ser alcanzado en el corazón por una flecha (p. 156). Al describir la Cuarta Visión, Tsele Natsok Rangdrol escribe que “trasciende por completo el dominio de los signos y medidas de progreso ordinarios.”[43] Al condensar la *Esencia Vajra Luminosa*, resume todo el camino del Dzogchen:

> “A través de la pureza primordial de Trekchö, desnuda Rigpa.
> Sin apego, purifica los reinos a través de las manifestaciones
> luminosas de Tögal.
> Sin esperar ni desear los signos de las Cuatro Visiones,
> practica sin distracciones y capturarás el reino de
> Samantabhadra, [el Buda primordial].”[44]

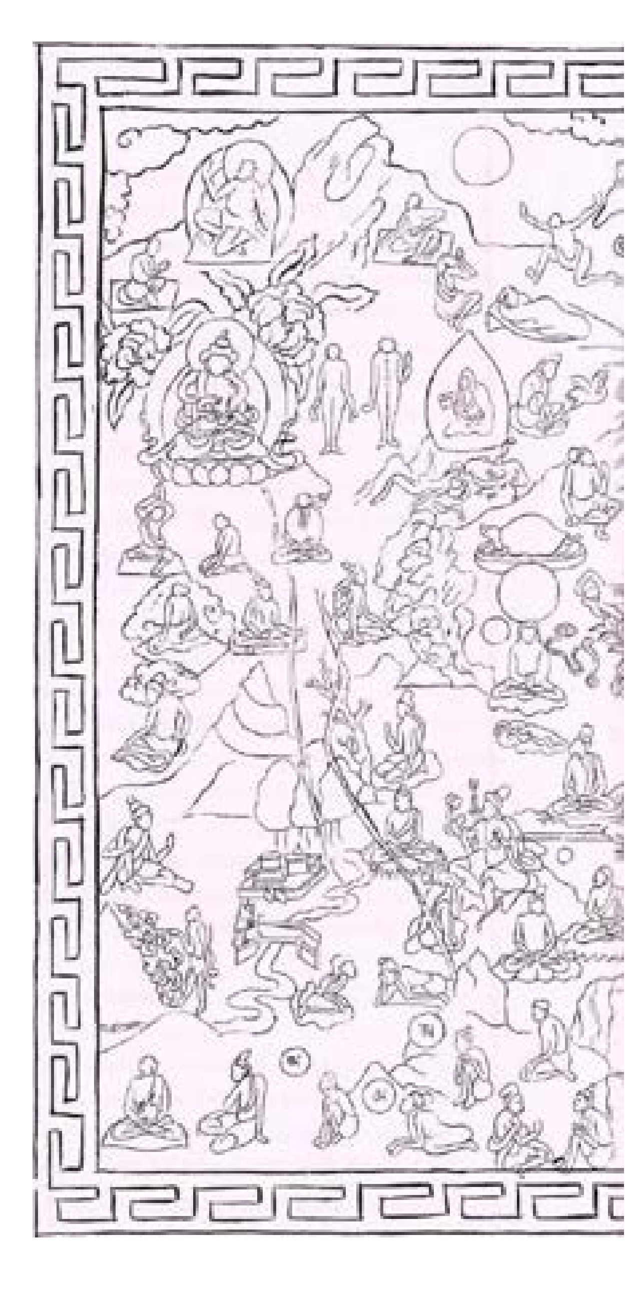
El mural Occidental termina con imágenes de tres momentos de liberación: Un momento en el que se libera del cuerpo físico en el momento de la muerte, otro que emana hacia un reino de Buda mientras se está en el estado intermedio entre la muerte y el renacimiento, y otro sentado en la postura del loto arqueado por un arco iris que representa la liberación en esta existencia presente (pags 156-57). Según el Dzogchen, los métodos de Tögal finalmente transforman los aspectos sutiles del cuerpo físico en luz pura. El *nadi*, el *prana* y el *bindu* (*tigle*) del cuerpo se disuelven en sus esencias sutiles y finalmente se manifiestan como luz de arco iris de cinco colores, dejando atrás solo uñas y cabello. Como afirmó un maestro Dzogchen contemporáneo: "El Cuerpo Arcoiris (*jalu*) es el cuerpo manifiesto de la Budeidad... en el que todos [los aspectos del] cuerpo, el habla y la mente están completamente purificados de rastros kármicos."[45] Incluso si solo se entiende metafóricamente, la disolución en un cuerpo de luz señala nuestra condición esencial de que dentro de nosotros están los elementos que nos conectan con todas las cosas y todos los demás seres del universo. Cuando el cuerpo del adepto se libera en el cuerpo puro, radiante y luminoso, el maestro del siglo XVIII, Jigme Lingpa, aclara que, "como la niebla que se disuelve en el cielo, [el yogui o yogini] entra en la esfera interior última. De ese modo, hasta que cesa el Samsara, actúa para los demás a través de actividades iluminadas."[46] Sin embargo, como dijo el Buda: "Aunque yo revele el camino de la Liberación. La Liberación misma depende de ti."

> "Todas estas cosas suceden, y los ojos del hombre común no las ven, pero
> los ojos de la mente y de la imaginación las perciben con una
> visión verdadera y veraz."
>
> Sendivogious
> "Museum Hermeticum"[47]

> "En la conciencia primordialmente pura y auto-luminosa,
> no hay nada que ver, ya que trasciende el reino del pensamiento
> y el concepto.
> No hay nada sobre lo que meditar, ya que su esencia no tiene fundamento.
> No hay acto que llevar a cabo, ya que su libertad natural está más allá de
> las preferencias.
> No hay fruición, ya que está más allá del apego a la esperanza y el miedo...
> No importa lo que surja, ¡No te fijes en ello!
> Esta es la práctica última y esencial."
>
> Lama Shabkar
> "El Vuelo del Garuda"



El Mural Occidental y las Inscripciones en las Paredes



Enmarcado por dos ventanas que se extienden hasta el piso, el mural Occidental del Lukhang es el más pequeño de la cámara de 37 metros cuadrados (400 pies cuadrados). De doscientos treinta centímetros (91 pulgadas) de largo y 132 centímetros (52 pulgadas) de alto, ilustra visiones y técnicas de la práctica del Dzogchen, la Gran Perfección. En la esquina superior izquierda, una imagen de Vajrasattva expresa la pureza primordial que es a la vez el fundamento y la meta del camino Dzogchen. El panel de la izquierda ilustra las prácticas preliminares de Korde Rushen, en las que el adepto reconoce cómo la mente fabrica la existencia cíclica a partir de la base primordial de la conciencia prístina. En la parte inferior de este panel hay yoguis en diversas posturas que influyen en el flujo de energía vital a través del cuerpo, la base de las visiones iniciales que se manifiestan en las prácticas secretas de Tögal, donde las divisiones entre los sentidos se disuelven y la mente mira hacia su propia naturaleza vacía, luminosa y "similar al cielo." Estas visiones se muestran en forma de esferas y otras formas geométricas y abstractas en la parte superior de la sección media altamente dañada del mural, así como debajo, donde se muestra a un yogui dentro de una cámara oscura que da lugar a visiones de la Luz Clara. Las escenas de la derecha ilustran varias parábolas de los sentidos y signos de logro yóguico. En la esquina superior derecha se muestran los tres tipos de liberación un yogui vuela hacia el espacio ilimitado en el momento de la muerte y otro está rodeado por un arcoíris. En la sección media superior de este mural se han producido importantes daños debido a grietas e infiltraciones



de agua, lo que oscurece la pintura original y secciones importantes de las inscripciones de la pared. La Asociación Shalu está realizando esfuerzos para conservar estos murales, que fueron restaurados de forma rudimentaria por los Chinos en 1985 y cubiertos con una gruesa capa de laca fenólica. Las inscripciones del mural Occidental están extraídas de cuatro textos del compendio de los Tantras Dzogchen de Rigdzin Perna Lingpa, el *Dzogchen Kunsang Gongdu*. Se trata de "La instrucción esencial de la lámpara iluminadora," "Un espejo de puntos clave de la práctica," "Rayos del Sol: Los Modos en que Surgen las Cuatro Visiones" y "La Guirnalda de Perlas de las Introducciones [al Estado Natural]." Los textos Tibetanos que siguen fueron transcritos directamente de los murales y pueden no seguir los originales. Debe recordarse que estas instrucciones crípticas nunca tuvieron la intención de ser completamente comprensibles sin el comentario oral y la transmisión directa de mente a mente de un maestro realizado del linaje. Como comentó Tulku Urgyen Rinpoche: "Los Tantras Dzogchen fueron escritos en un estilo que envuelve y oculta su significado de modo que sólo los maestros extremadamente versados en instrucciones orales y tratados serían capaces de aclarar las afirmaciones Tántricas."[48] Se ofrecen aquí con la esperanza de que algo de su poesía y su exaltado contenido pueda inspirar a los lectores a ver más allá del velo de las apariencias hacia su fuente primordial.

ནུབ་ངོས་ཀྱི་ལྡེབས་བྲིས་ཡིན།

ཨོཾ་སྭ་སྟི། བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག ཧུང་སྒོང་གི་ཆོས་འཆད་པ། སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ཐུབ། དག་སྟོན་པ་སྟོན་པ། སེམས་། རིག་། ཐིག་ལེ་མཐར་གསོང་སྤྱོད་ཕྱག་ཚུལ་འཆར་བ། དེ་དུས་རིག་པ་ ཀྱུག་ པ་ ནས། འཇོད་ཡོད་ལ་ཉམས་ ཐིག་ལེའི་ནང་དུ་ཡབ་ལྷ་འཆར་བ། སངས་རྒྱས་། ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་སྣང་བ་འོད་མང་། ལག་གོར་བཀྲས། དུག་མ་ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་འཆར་བ། སྐབས་སུ་ལག་གོར་འོད་དུ་སྣང་བ། དང་དུ་བླངས་པས་ཡུམ་དང་བཅས་འཆར་བ། ། ། སྤྱི་བོ་མཁྱེན་པ་སྙིང་བ་ལྡེ་བ་གསང་གནས་རྣང་མཐིལ་རྣམས་སུ་ཨ་ཧྃ་ཧཱུ་སུ་ཧྲཱི་དུ་གནས། སྤྱི་བོར་ཨོཾ་དཀར་པོ། མགྲིན་པར་ཨ་དམར་པོ། ཐུགས་ཀར་ཧཱུྃ་སྔོན་པོ། ཡི་གེ་གསུམ་ནས་མི་འབར་བའི་སྤྲིན་གཉིས་བབ་ཆགས་བསྡེགས་པ། རིགས་དྲུག་མ་འོད་བསྡེགས་ཐབས་ཀྱི་ལེའུ་འདི་སོང་། །གོང་བའི་སྣ་བའི་རྟགས་གསུམ་ལས། ལུས་སྦྱེས་བུ་ནད་ཀྱིས་གདུངས་པ་ལྟ་བུ། རིག་པ་། སྣང་བ་མཐོང་བའི་རྟགས། ག་ ཕྲུར་ཆེན་འདས་དུ་ཕྱིན་བ་། རྟགས་སུ་འབུ་སྲིན་མི་ཡོང་བ། མི་། ཟམ་སྔོམ་། འོད་ལྔའི་གནས་གང་དུ་བསྒོམས་པ་ཁྱབ་པ་ཐིག་ལེ་ནང་དུ་རིགས་ལྔ་ཡབ་ཡུམ་བཞུགས་པ། ལུག་རྒྱལ་མཐོང་བ་བཞི་སངས་རྒྱས་ངོ་བོ། ཆོས་ཉིད་ཟད་པ་ ལ་འབྱམས་བུ་ཐོབ། རིག་པ་ཚད་ཕོངས་ལོངས་སྐུ་ངོས་བཟུང་བ། ལུས་སུ་ཤར་འབྱེད་པ་དུར་ཁྲོད་དུ་རིགས་དྲུག་སྤྱོད་པ་ཉམས་སུ་བླངས་པ། སེམས་མཐའ་འགྲོ་སྙིང་ཅེན་པ་ལྟ་བུ། དག་གྲུས་བུས་ཀྱི་སྲུ་གུ་ལྟ་བུ། རི་བོ་རིམ ། ཁབབ་རྟ་ བད་སྟོང་རིགས། ཉ་མིད་རིགས། ཟང་བ་རིགས། མ་ པ་རྒྱལ་པ་ལྟ་བུ། སྐར་མ་ ལྟ་བུ། གོང་པའི་སྣང་བ་ཤིག ཤུན་མ་ཚམ་དུ་འགྲོ་བ། པདྨ་ལྟ་བུ། ལན་ནུ་། རིག་པ་ད་། རིག་དང་ཐྱལ་བའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་སྣང་བ། རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རང་བཞིན་གཉིས་ཀྱི་དབུས་སུ་གནས་པའི་ཚུལ། རང་ལུས་བདེ་བས་རིག་པ་ཚད་ཕེབས་བདག་འཛིན་ཐྱལ་བས་འཁོར་བཅས་རྣང་གི་གསོག་པ་ཆར་པ་ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་སྣང་བ། སྣང་བའི་ཉམས་ཐིག་ལེ་ནམ་རང་རིང་འོད་གསལ་ཕྱོལ་བ། ཤེས་ཉམས་འཆི་བ་ལ་རིངས་པ་ ཉེ་བར་མཆེད་ཐིག ཆོས་ཉིད་སྣང་ ཉེར་ཐོབ་གོང་འཕེལ། ཨ། མཆེད་པ་ཁྲི་ཤྭེང་སྐུ་སྣངས་པ་མཆེད་པ་ཡུམ་དང་བཅས་པ། ཐིག་ལེ་སྟོང་གྲོལ་ཤར་བས་ལོངས་སྐུའི་སྣང་བ་འཆར་བ། སྐབས་སུ་ཨ་ལོ་ཀ་ལ་ལྟ་བ་མི་མཐུན་ལྷ་སྣངས་ལེའུ་དང་པོ་ཡན་རྫོགས་སོ། །རིག་པ་མངོན་སུམ་སྣང་བ་དང་ གི་དུས་སུ་སྐར་མ་ལྟ་བུ་འཆར་བ། ཀྲེན་བསྐྱེད་ རབ་ཕྱིས་རིམ། མཆོད་རྟེན་ལྟ་བུ། སེམས་སྐྱེས་བུ་འདུས་ནད་ཀྱིས་ཟུང་བ་ལྟ་བུ། དག་ཕྱུགས་པ་ལྟ་བུ། སྣང་བ་མཐོང་བའི་རྟགས་གསུམ་ལས་ཟུས་སྤྱལ་མཐར་གསོད་དུ་བཅུག་པ་ལྟ་བུ། ཧཱུྃ། དཔུགས་དང་སྣང་སྟོང་ཧཱུྃ་དུ་བཀས་སྐེ་དག་ཏུ་ཧཱུྃ་རིང་བསྒྲོད་པ། ཧཱུྃ། སྣང་བའི་ཡུལ་དུ་རྒྱལ་སྤྲུང་བ་ གཟུགས་སྣང་ཐམས་ཅད་ཧཱུྃ་དུ་བསྒོམ་པ། ཧཱུྃ་ཕྱི་ཐལ་ནང་ཐལ་དུ་འགྲོ་བ། དག་ཏུ་ཧཱུྃ་ཞེས་བརྗོད་དེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཧཱུྃ་ཚུར་འདུས་ལྡོག་ལེབས་པ། གཉེན་རྒྱལ་ལས་དུ་བཞུགས་པ་མདུན་དུ་གཤེན་པོ་བཙུགས་པར་ཧཱུྃ་འཁྱིལ་བར་བསྒོམ་པ། དམིགས་པ་བསྒྱུར་ཐུབ་པ། གཏུབ་པ། རི་དང་ཤིང་ཐམས་ཅད་ལ་ཧཱུྃ་འཁྱིལ་ཤིང་བཤིག་པ། ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་སྣང་བ་མཐོང་བའི་རྟགས་གསུམ་ལས། དུར་ཁྲོད་ཀྱི་རོ་ལྟ་བུ། སེམས་སྐྱེས་བུ་འདུས་ནད་ཀྱི་ཟུང་བ་ལྟ་བུ། མཆོད་རྟེན་ལྟ་བུ། རྡོ་རྗེ་རིགས། རལ་གྲི་རིགས། ཀྲེན་བསྐྱེད་། ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་མཆེད་པ་སྐུ་དང་ཡེ་ཤེས་མི་གནས་པ་ཉེར་ཆེད་སྟོང་གཏད་མེད་ཐོབ་པ་བསྒྲོད་མེད་ཉེར་ཐོབ་པ་སྐར་མེད་ཚད་བཟུང་གི་ལེའུ་གསུམ་པ་འདི་ཡན་ཀྱི་རྫོགས། སྐྱེས་བུ་རབ་འབྲིང་ ཀྱི་ཚེ་ལས་རབ་འབྲིང་མཐའ་གསུམ་ཐུང་བ། །རབ་ལུས་ཟག་བྲལ་ མ་ཡེར་བར་སངས་རྒྱས་པ། འབྲིང་གི་བར་དོར་སངས་རྒྱས་པ། མཐའ་མ་སྤྲུལ་པ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱེ་བ། ལུས་དབང་པོ་འོད་གསལ་དུ་གྲོལ་བ། སེམས་དབང་པོ་ འཕོ་བ་བདུན་འཆད། སྣང་ཆེན་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་གྲོལ

སྐོར། ཡང་བ་རྒྱལ་མེད་གཅིག་གི་ནང་རང་གར་འགྲོ་མི་ཤེས་པར་ཁྲིགས་པོ་འཁྱེར་ནས་འགྲོ་བ། ཆོ་ཆད་ རོ་སྐོར། སྨྲེས་ནས་
བར་དེའི་ལེའུ་འདི་ཡན། དབང་ཕྱུག་འཁོར་ལྡན་མི་གཅིག་པ་ཕྱོགས་གཞན་དུ་འཁྱེར་ནས་སྐྱར་ལོག་ནས་འོང་དུས་གཉེན་འཁོར་
རྣམས་ངོས་ཀུང་ཨ་ལན་མི་སྤྲེར་ལྷག་བཞིན་དུ་བ། མི་ལུས་ངོར་ནས་ཡིད་ལུས་འགྱུབ་པ་བར་དེའི་ལེའུ་འདི་ཡན། བྱང་ཆུབ་
སེམས་པའི་ལྷ་སྣང་ས། ཁྲོ་བོའི་ལྷ་སྣང་ས། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གཏད་དུ་དབབ་པའི་ལེའུ་འདི་སོང་། ཁྲིག་ཆོད་གྲུབ་ནས་ཆོད་
རྐལ་གྱི་བྱབ། ཆོས་སྐུའི་བཞུགས་སྣང་ས་མེད་གི་ལྷ་བུ། ལོངས་སྐུའི་བཞུགས་སྣང་ས་གྲུང་ཆེན། སྤྲུལ་སྐུ་དུང་སྔོང་ཅིག་
བུ། སེམས་དབྱིངས་ལ་གཏད་པ། སྤྱ་བཅད་ལ་བསླབ་པ། ལྷགས་པ་ལྷ་དབུར་གནས་པ། ཤིག་ལེ་ཡུ་གུ་རྒྱུད་ཀྱིས་སྤྲེལ་
བ། ཉམས་ལེན་གནད་ཀྱི་མེ་ལོང་ལས་གནས་ཁང་ཤར་ནུབ་ཏུ་ལོང་སྒོམས་གྲུ་བཞི་འདོམ་རེ་བྱ་ཤར་ནུབ་ལྷོ་ནས་དཀར་ཡུང་བཀོད་
པའི་སྒོ་བྱུང་བ་བསྟེན། མི་རྒྱ་འཕྲེང་བ་ལྷ་འབྲུག་འཁྲིག་ཀྱིན་བསྒྲེང་འཕྱུར་འབབ་སོགས། དྲུག་པ་སྒྲིན་ལྷ་བུའི་རི་མོ། ཤམ་
རྒྱུ་རིས། མཆོད་རྟེན་རིས། ཟ་འོག་རིས། མིག་མངས་འཇའ་རིས། དཔྱང་བརྟགས་པས་འཇའ་འོད་ལྷ་ལྡན་འཆར་བ། ཤིག་
ལེར་སྒྲ་དང་ཤིང་།ཁམས་དཔག་མེད་ཤར་བ། རྩུང་དམར་གཅིག་གི་སྙིང་ནས་འཕྲེར་བ། རིན་ཆེན་།ཁང་བཟང་ནང་གི་ནོར་གྱིས་
ཕྱུག་པའི་མི་གཅིག་ཡོད་པར། རྗེ་ཤར་ཤར་གྱིས་ཕྱོགས་སུ། དེ་ལྟར་དགོངས་པས་དབང་པོ་ཟ་མས་འཕྲུལ་སྣང་རིག་པ་ཤར་
ཏེ། འཁྲིང་པོས་ཐམས་ཅད་རིག་པར་སྣང་བ། རང་གིས་སྐྱེ་མེད་རིག་པའི་ངོ་བོ་མཐོང་བ། ཤར་བཤད་རྒྱ་མཚན་ཕྱེད་པའི་ཁྲོ་
གཉམ་བུབ་གསལ་འདེབས་རོ་སྐོར་ལེའུ་ཡན་གྱིས་རྫོགས། ། མཁའ་ རྒྱ་མཚོ་གཡོས་པ་བཞིན་ པའི་རོ་སྐོར། བག་ཆགས་
སྦྱོང་བའི་ ། བཟང་དང་མི་བཟང་འདི་ ། ཚོགས་དྲུག་ འཛིན་གསལ་ཕྱིར་ཞིག་གི་ཡུལ་དུ་གཟུགས་མཛེས་མི་
མཛེས་གཉིས་སུ་ཤར་བ། སྣའི་ཡུལ་དུ་དྲི་བཟང་དང་མི་བཟང་ལྟ་བ། རྣ་བའི་ཡུལ་དུ་སྙན་དང་མི་སྙན་ལྟ་བ། བཟང་དང་མི་
བཟང་འཛིན་པ། སྙན་དང་མི་སྙན་འཛིན་པ། ལྕེའི་ཡུལ་དུ་རོ་བཟང་དང་མི་བཟང་ལྟ་བ། དགའ་དང་མི་དགའ་འཛིན་པ། །
། ལུས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་རེག་བྱ་འཇམ་དང་མི་འཇམ་ལྟ་བ། ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་དགའ་དང་མི་དགའ་བཤད་པ། བཟང་དང་མི་བཟང་འཛི
བ། འོད་གསལ་གཏན་འབེབས་ཞི་ཁྲོ་གཏན་ལ་འབེབས་པ། ཉིན་ཞེད་དུས་ཟ་འོག་ཡོད་པ་བྱང་དུ་སྨྲེས་ཤིང་ཞི་ཁྲོའི་སྐུ་དང་རྒྱན་
རྣམས་བཀྲམ་མེ་ལོང་མིག་ལ་བཀག། ཁྲིམ་ཤིན་ཏུ་ནག་པའི་ནང་དུ་ཐྲ་མས་སྒྲོ་བྱུར་ཧ་བརྟབ་བྱ་བ་སྤྱམ་པ་དང་། རྡོ་རྗེ་གིང་པ་
རྣམས་ཀྱི་འཁྲུལ་མཆོད་བྱ་རྣ་པ་གསོལ་དུས་གསལ་འདེབས། འཇའ་འོད་ཟེར་གསུམ་གཏན་ལ་འབེབས་པ། ཤེལ་དང་རྒྱ་བསྒྲོད་
ཅིང་མགོ་བཀྲན་སྨྲ་ཚོགས་སོགས་ནས་རྩི་པར་ཟེར་ཞིང་འདེབ་གཏོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ། ཆོས་ཉིད་རང་དགྲ་གཏན་འབེབས། ཁྲིམ་
ཤིན་ཏུ་ནག་ནག་པ་དབུས་ནས་ཉི་གཞོན་འཆར་ཟངས་རྒྱས་བཀང་པའི་སྙིང་དུ་ལོག་པ་བཅམ་ཟེར་ཉི་ཟེར་ལ་བསྟན་པ། སྒྲིན་མེད་
ནམ་མཁར་དྭངས་དུས་གདན་རྒྱལ་ཉལ་གཏོང་སྐྱར་མ་རས་ཀྱི་བཀག་སྦྱེ་ཉི་མ་གང་ཡོད་དུ་ལྟ་བ།
༼ རྟགས་ འདི་ཁྲིམ་པ་རྣམས་སྤེལ་ས་རིས་ཉམས་ཆགས་རྒྱན་པས་འབྲི་ཐབས་མ་བྱུང་། ༽

Traducción de las Inscripciones Murales en el Pared Oeste

Om Swasti. ¡Que la explicación de las enseñanzas del Rish sea auspiciosa!

Tomando refugio [en el camino del Buda] y desarrollando la Bodhichitta [la Mente de la Liberación], libera el cuerpo, la voz y la mente de la actividad ordinaria [p. 131].... Deja que Rigpa [la Conciencia Primordial] fluya sin obstáculos... sin disminuir los placeres de los sentidos. La Esencia Primordial aparecerá dentro de la cuenca del cielo [pags 110-11).... Los cinco Budas surgiendo dentro de los *tigles* [las esferas luminosas]... Con la Visión del Cumplimiento del Dharmata, surgen innumerables luces... A veces, las manos parecen translúcidas... los dedos como si estuvieran envueltos en luz. Las cinco emociones aflictivas se manifiestan como fenómenos de sabiduría... [Surgen visiones de] Budas con sus consortes [p. 130, arriba a la derecha]...

En el *chakra* de la coronilla, el *chakra* de la garganta, el *chakra* del corazón, el *chakra* del ombligo, el *chakra* secreto y en las plantas de los pies están las sílabas A, TRI, NRI, PRE, SU y DU. En la frente está la sílaba blanca OM, en el centro de la garganta la sílaba roja AH, y en el centro del corazón una sílaba azul HUM [págs. 132-33]. Estas tres sílabas emanan fuego que quema [todas] las oscurecimientos y los patrones habituales [pág. 130, arriba]. Esto completa la sección relativa a [la purificación de los Seis Lokas], el método de destruir las semillas del renacimiento en los Seis Reinos [de la existencia].

Ve a [un lugar salvaje como] un cementerio o un osario [págs. 132-33] y realiza [las prácticas preliminares de] Korde Rushen [que separa el Samsara y el Nirvana]. Representa los Seis Reinos de la existencia [siguiendo lo que te venga a la mente [pág. 131). Al percibir directamente Rigpa, la Conciencia Primordial, la mente se vuelve como un pájaro atrapado en una trampa [p. 152]. [Ya no será arrastrada a la existencia cíclica.] El habla es como la de un mudo [pags 132-33], [liberada del discurso ordinario] o ... [tan melodiosa] como la de un niño de Kumbhanda. [El cuerpo está completamente en reposo] como una tortuga en una palangana [pags 132-33]. [Internamente], la mente es como alguien que ha sido curado de la viruela [nunca volverá a contraer la enfermedad] [p. 153).

[Practicando el Rushen secreto de la voz] .... Recita HUNGs largos, imaginando que todo lo que parece consistir solo en la sílaba HUNG. Visualiza HUNGs pasando a través de todos los objetos externos e internos y destrozándolos [p. 134]... Mientras se continúa la recitación, imagina que los HUNG externos se reúnen y cubren el cuerpo (disolviéndolo) [p. 135).... Coloca un palo de madera frente a ti y visualiza una corriente de HUNGs que sale de tus fosas nasales enroscándose alrededor de él [p. 135). A través de estas prácticas, uno podrá transformar y cortar todas las concepciones mentales. Al unir todas las montañas, árboles [y otras apariencias] con los HUNG, uno puede destruirlos completamente [disolviendo las percepciones habituales).

Transforma la respiración, la visión y la conciencia en la sílaba HUNG y emprende un viaje [visionario]. Concentrándote en todo lo que encuentres -agua, caminos, etc.- elimina todas las asociaciones previas y los [apegos actuales a] la alegría y la tristeza [p. 134]. Al regresar, analiza el origen, la ubicación y el destino del cuerpo. Analiza el origen, la ubicación y el destino de la mente. Adopta la mirada pacífica [de un Shravaka]... la mirada de Bodhisattva... la mirada colérica [de un Heruka] [pags 130 y 136]. Esto completa la aplicación de los puntos vitales del cuerpo, la voz (energía) y la mente. Deja que el maestro [p. 136] señale nuevamente los tres Kayas [esencia, energía y manifestación]. Esto completa el capítulo sobre el análisis del origen, la ubicación y el destino [de la mente].

El punto vital de la energía de la voz es entrenarse en la respiración muy suavemente. Concentrarse en el cielo... prolongar la respiración mientras se exhala e inhalar suavemente sin dejar que los dientes y los labios se toquen, o que el aliento fluya por la nariz. La mente debe ser como la niebla en el cielo [p. 137) [libre de toda distracción y agitación]. La energía de la voz debe estar libre de todo diálogo interno. Aparte de la base que hace aparecer las visiones, los rayos del sol, abandona todos los fenómenos externos [p. 136].

Habiendo realizado la práctica de Trekchö [cortar], ocúpate de los métodos de Tögal [realización directa]. Adopta la postura Dharmakaya de un león, la postura Sambhogakaya de un elefante y la postura Nirmanakaya; en cuclillas como un sabio [pags 138 y 141]. Adopta la mirada de un Arhat, un Bodhisattva, y unificando las energías del cuerpo, la voz y la mente, mire con ira al espacio. Mantén la mente enfocada en la Vasta Expansión... Entrénate en no hablar... Permanece como un mudo [p. 139], y ata los *tigles* [las esferas luminosas] a la cadena vajra (pags 144-45).

En la Visión Directa del Dharmata [la Primera Visión], libre de palabras, la conciencia primordial mora naturalmente en el centro del mandala de sabiduría [en el corazón]. Cuando la conciencia ha alcanzado su plenitud, el cuerpo está a gusto, libre de todo apego, rodeado por una lluvia de alas de *prana*. Las visiones surgen de los *tigles* completamente abiertos. En la Visión del Agotamiento del Dharmata [La Cuarta Visión], la Conciencia se libera en la Luz Clara.

Los tres signos de la Visión de la Experiencia en Aumento [Segunda Visión] son que el cuerpo es como alguien afligido por una enfermedad [permanece pasivo e inmóvil]. ... [El cuerpo es] como un elefante que se hunde en el barro (p. 131). ... Como señal, ningún insecto te molestará. [En la Tercera Visión], todo lo que ves está impregnado por las Cinco Luces. Dentro de los *tigles* [luminosos] están los cinco Budas con sus consortes [pags 130 y 145]. Uno ve la cadena vajra, la base, la naturaleza de la Budeidad [pags 110-11, 136]. Con la Visión de la Culminación de la Conciencia uno percibe el Samboga-

kaya [El reino de la apariencia luminosa]. Con la Visión del Agotamiento del Dharmata [La Cuarta Visión] ...uno alcanza el resultado [la iluminación].

Como se afirma en El Espejo de los Puntos Vitales de la Práctica [una casa de retiro para la práctica de Tögal] [pags 142-43] ...debe ser cuadrada... con ventanas orientadas al este, Oeste y Sur, y la puerta orientada al Norte. Coloca un espejo debajo de la ventana y encima coloca una pluma de pavo real. Vístete con los cinco aspectos. Siéntate en un cojín cómodo. [Meditando en total oscuridad] las personas con facultades inferiores obtendrán la liberación en siete meses, las personas con facultades mediocres obtendrán la liberación en cinco meses, y las personas con facultades superiores obtendrán la liberación en tres meses. [Aparecen] guirnaldas como cien nudos. Estrellas como flechas. Humo como vapor. [Todo aparece como signos de logro.] Cinco guirnaldas, moviéndose y vibrando, subiendo y bajando... figuras de humo como nubes, formas de casas, estufas, figuras de estupas, diseños de brocado, diseños a cuadros. Investigando más, aparecerán luces de arco iris de cinco colores. En los *tigles* aparecen infinitos (reinos) de Kayas y campos de Buda [págs. 142-43] llevados por un viento rojo.

A medida que surge la liberación en las [esferas luminosas de los] *tigles*, las visiones del Sambhogakaya aparecen espontáneamente [págs. 110-11, 146-47]. [Las deidades] se despliegan sobre tronos, en forma Individual, o evolucionan con consortes. En ocasiones, [para desarrollar las visiones de Tögal] hay que mirar sin distraerse una lámpara [por la noche].

[Por la mañana] hay que mirar desde arriba, hacia el lado Oriental de una montaña [p. 112]. Al mediodía hay que mirar hacia un cielo sin nubes [pags 110-11]. Por la tarde hay que mirar hacia el Oeste [hacia los rayos del sol poniente]. Por la noche hay que mirar hacia la luna [p. 148]. Al mediodía, sentado en una pequeña colina, hay que mirar hacia el Sur [p. 149]. Separar la mente del cuerpo [visión de Trekchö]. Adoptando las miradas de los tres Kayas [de manifestación, energía y esencia última] la naturaleza primordial se manifiesta espontáneamente. La maduración de la visión es la lámpara de las esferas vacías [*tigle* tongpa'i dronma] [Primera Visión]. No hay ni venida ni ida. El habla es como un eco. La actividad mental y secreta debe abandonarse. Uniendo los puntos vitales de la mente, los oídos y los ojos, concéntrese en el cielo. Las personas con facultades inferiores pueden liberarse [a través de Tögal] en siete años. Las personas con facultades mediocres pueden liberarse en cinco años. Las personas con facultades superiores pueden liberarse en tres años [pags 110-11 y 146-47]. Esto completa el Espejo de los Puntos Vitales de la Práctica.

Mira al sol con los ojos medio cerrados. Observando durante siete días, aparecerán muchos *tigles*. Aparecerá una red con patrones cuadrados, con ojos como yaks y diferentes máscaras [pags 108-09]. Aparecerán diversos tronos, atributos y cortinas traseras. Una cuerda de agua como un hilo se acumula en la conciencia [págs. 110-11]. Como dice en la "Guirnalda de Perlas," una instrucción que señala y que es como el hijo de la "Guirnalda de Luz Preciosa": Es como perforar a alguien desde el corazón hasta la coronilla de modo que la espalda, la cabeza y el estómago estén vacíos por dentro, y poner una lámpara de mantequilla en ella [pág. 147]. [En la Tercera Visión] el habla es como capturar a un niño Kumbhanda. Experimentando la Visión de la Culminación de la Conciencia, [el cuerpo] es como un elefante que se hunde en el barro [pág. 131]. La mente es como alguien que ha sido curado de la viruela [no volverá a contraer la enfermedad] [pág. 153]. Experimentar la Visión de la Percepción Directa del Dharmata es como salir de la red de dakinis. El habla es como un eco. El habla es como alguien a quien le han puesto una flecha en la cabeza [pags 156-57, abajo]. La mente es como alguien a quien le han dado en el corazón con una flecha. Esto completa el *Rayo del Sol*, explicando cómo surgen las visiones.

Experimentar la Visión Directa del Dharmata [Primera Visión] es como alguien loco por la depresión que está libre de toda fijación. El habla se vuelve como un Rishi intoxicado por licor. La mente, como un pájaro atrapado en una trampa, ya no será arrastrada a la existencia cíclica [p. 152].

La Visión de la Experiencia Aumentada [Segunda Visión] es como alguien a quien le pega una enfermedad, [la mente se libera de toda pretensión y apego] [p. 153].

Así, meditando, las personas con facultades inferiores podrán distinguir el engaño de la conciencia. Las personas con facultades mediocres podrán percibir todo como conciencia. Las personas con facultades superiores podrán ver la naturaleza de la conciencia no nacida.

Los tres signos de ver la Visión del Agotamiento del Dharmata [Cuarta Visión] son [permanecer inmóvil] como un cadáver en un cementerio [p. 133], ser como alguien que ha sido curado de la viruela, [uno desarrolla inmunidad a la existencia samsárica]... Elevarse hacia arriba... El profundo Dharmata se despliega... Los Kayas y la sabiduría no permanecen, aumentan plenamente hasta el logro completo, vacíos sin ningún punto de referencia [pags 110-11]. Esto completa el tercer capítulo sobre marcar el progreso invisible del logro completo inexpresable [La Tercera Visión].

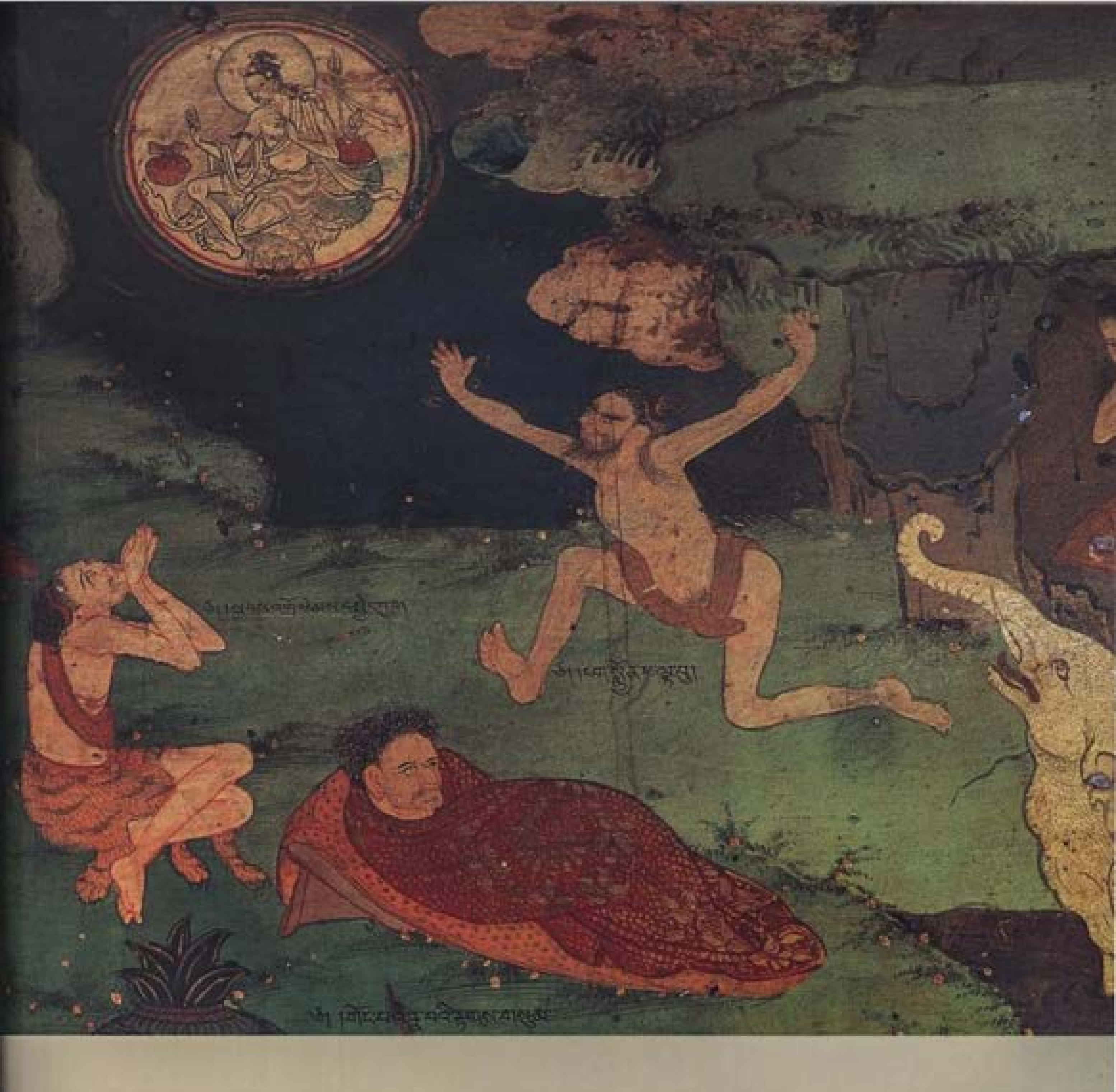
Las personas de facultades superiores, mediocres e inferiores tendrán sueños superiores, mediocres e inferiores [pags 156-57]. Los seres superiores pueden alcanzar la iluminación sin abandonar el cuerpo físico [pags 156-57]. Aquellos de capacidad media pueden alcanzar la iluminación en el Bardo [p. 129], [el estado intermedio entre la muerte y el renacimiento]. Los seres inferiores pueden transformarse en una emanación y renacer en un Reino de Buda [pags 154-55]. Al obtener el control del cuerpo, uno puede liberarse en la Luz Clara. Al obtener el control de la mente... las siete resonancias se cortan por completo. Las condiciones aparentes se liberan en el mandala... La realización plena se completa en el mandala [de la naturaleza última].

> "¿Quién vuela sin obstáculos
> por los cielos ilimitados?
> Aquel con la mente enfocada en la realidad última;
> aquel que está libre por siempre de obstáculos."

El Séptimo Dalai Lama
"Una Guirnalda de Joyas de Preguntas Útiles"







“En la práctica del Dzogchen, la Gran Perfección, la mente sutil de Luz Clara se separa de los niveles más burdos de conciencia mientras todos los sentidos están abiertos y funcionando al máximo. Esta es la distinción especial del camino del Dzogchen: que la Budeidad puede descubrirse sin tener que cambiar o suprimir nada... El Dzogchen es secreto porque es fácil malinterpretarlo y pensar que no hay nada que hacer. Pero el Dzogchen es el pináculo del Tantra y el camino más sutil y poderoso hacia la liberación... En las prácticas de Korde Rushen –los métodos preliminares de la Gran Perfección [izquierda y arriba]– debes ir a un lugar deshabitado y practicar sin ser molestado... ¡De lo contrario, la gente podría malinterpretarte y pensar que te has vuelto loco cuando en realidad es todo lo contrario!”

Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama



“Haz lo que quieras para nutrir y mimar
la carne y los huesos de tu cuerpo,
pronto irán a parar a la tierra, o a las llamas,
o a los perros y a los pájaros;
y todos tus mimos terminarán en nada”.

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
“Un Canto de Preceptos Esenciales”

Cuando la mente despierta sin miedo a su naturaleza primordial a través de las prácticas del Dzogchen, el cuerpo se asemeja a un cadáver abandonado en un cementerio, lo que significa un estado de total abandono de sí mismo. Otras analogías son “una tortuga colocada en una palangana”, que hace referencia a la libertad de las distracciones externas y “un habla como la de un mudo”, lo que indica que uno está liberado de las expresiones distractoras del discurso ordinario. “La mente es como un pájaro atrapado en una trampa” significa que los pensamientos y las emociones son abrazados por Rigpa, o la Conciencia Prístina, tan pronto como surgen y se liberan de la cosificación en concepciones engañosas. Como declaró EL Lama Shabkar: “La conciencia no es otra cosa que la apertura absoluta. Pero las personas que no tienen una conexión con la Gran Perfección ni siquiera escuchan cuando se les explica esto. ¡Qué broma!”.





En las prácticas preliminares de Dzogchen llamadas Korde Rushen –"Separación del Samsara y el Nirvana"– la mente se transforma imaginativamente en la sílaba mántrica "HUNG" –que representa la mente primordial del Buda y la energía detrás de las apariencias. Como navajas psíquicas, las sílabas se utilizan para cortar las percepciones convencionales del mundo exterior y destruir el apego a una visión material del cuerpo humano. Como se describe en los murales: "Recitando HUNGs largos... Imagina que todo lo que parece consistir sólo en la sílaba semilla HUNG... Visualiza que las HUNGs pasan a través de todos los objetos externos e internos y los rompen... Mientras continúas la recitación, imagina que las HUNGs externas se reúnen nuevamente y cubren el cuerpo (disolviéndolo)... Coloca un palo de madera frente a ti y visualiza una corriente de HUNGs que sale de tus fosas nasales enroscándose alrededor de él... A través de estas prácticas, uno podrá cortar y transformar todas las concepciones mentales".







"Sin fijarte, mira naturalmente la esencia de lo que ocurre. El observador y lo observado se mezclarán en uno solo, sin ninguna fijación en mirar y meditar".

KARMA CHAGMEY RINPOCHE
"La Unión de Mahamudra y Dzokchen"





“Deja que la mente fluya por sí sola sin concepciones... Deja que la mente repose en su estado natural y obsérvala. Al principio, cuando no estás acostumbrado a esta práctica, es bastante difícil, pero con el tiempo la mente parece agua clara”.

SU SANTIDAD EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

Al estabilizar su postura con un cinturón de meditación, un yogui (arriba) fusiona su mente con el cielo. En Dzogchen, la respiración se describe como un vehículo de Rigpa, o conciencia prístina. Como dicen las inscripciones de la pared: “Prolonga la respiración mientras exhalas e inhala lentamente... sin dejar que los dientes y los labios se toquen, o que el aliento fluya por la nariz... La mente debe ser como niebla en el cielo”. En la meditación Dzogchen, los ojos, las “puertas de la sabiduría”, así como todas las demás puertas sensoriales, se dejan completamente abiertas. El panel de la izquierda muestra a los Rishis, o “videntes”, en una variedad de entornos contemplativos, todos ellos orientados a abrir las puertas de una percepción más profunda. En el centro, un yogui suplica al maestro espiritual, considerado en Dzogchen como la fuente de todo logro y realización espiritual.

Las meditaciones superiores de la Gran Perfección unifican las “tres puertas” del cuerpo, la palabra y la mente, como se ilustra en esta sección del mural Occidental. Los yoguis de enfrente permanecen en silencio, relajando el flujo interno de energías vitales. En la imagen de enfrente, abajo, las posturas de los “tres Kayas” establecen la “triple inmovilidad del cuerpo, los ojos y la mente.” El yogui en cuclillas adopta la postura del león del Dharmakaya. En el extremo derecho, otro yogui se sienta en la postura de Rishi asociada con el Nirmanakaya. La figura debajo de él, a la izquierda, se recuesta en la postura de Sambhogakaya de un elefante, de la que se sostiene que uno “emana formas de la realidad misma y ve con los ojos del Dharma.” (*Tantra Primario de la Penetración del Sonido*) En el extremo superior derecho y abajo, los yoguis muestran la mirada pacífica de un Arhat, la mirada abierta de un Bodhisattva y la mirada unificada y colérica de un Heruka que da lugar a “visiones puras de sabiduría primordial.” La sílaba AH aparece en esferas de luz de arco iris, símbolos de la naturaleza primordial de la mente. Como afirmó Su Santidad: “Esta única letra captura el significado completo de la vacuidad de todos los fenómenos.”









“Separa la mente del vagabundeo caótico;
fíjala firmemente en su objeto con atención plena,
sin caer presa de la agitación o el adormecimiento:
entrénate en la meditación dichosa y clara.”

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
“La Esencia de la Ambrosía Benéfica”









“Con la práctica persistente, la conciencia puede eventualmente ser percibida o sentida como una entidad de mera luminosidad y conocimiento, a la que todo puede aparecer.”

SU SANTIDAD EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

En las etapas de culminación de la Gran Perfección, los retiros a menudo se realizan en oscuridad total. Con los sentidos abiertos, la Luz Clara de la mente se despliega en una variedad de formas simbólicas y abstractas (ver también las páginas anteriores). Una vez que se han limpiado las puertas de la percepción, el rango de visión es infinito; cada esfera de luz representada expresa sólo posibilidades. Los textos Dzogchen, símbolos de estados exaltados de conciencia, afirman que los adeptos realizados pueden percibir una miríada de campos de Buda en un solo poro de la piel y, haciendo eco de Blake, en un solo grano de arena. Como escribió el Tercer Dalai Lama: “En cada átomo se encuentra un Buda... En esta esfera infinita de seres místicos, yo miro con ojos de fe.”





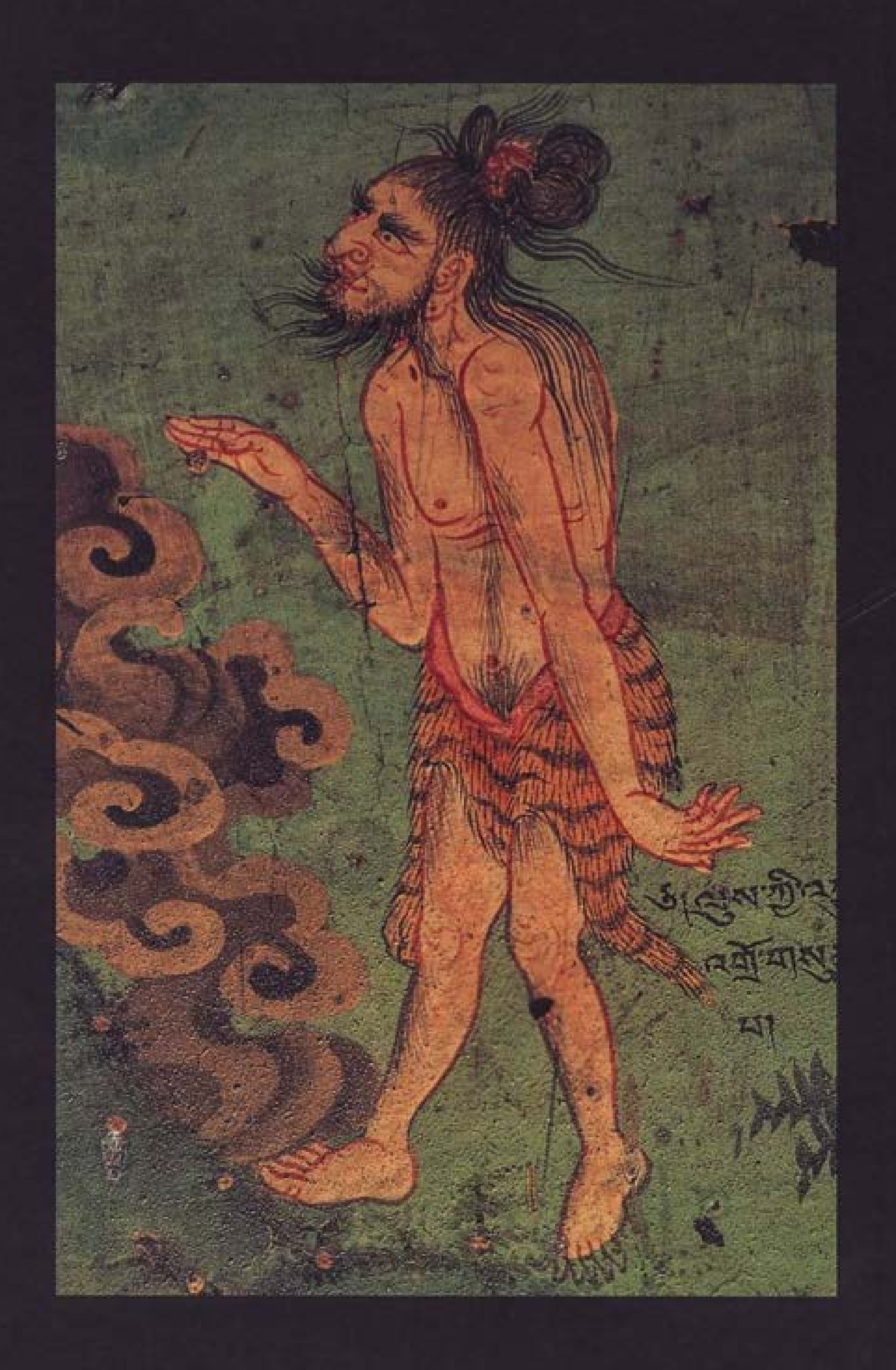
“Dentro de las moradas del precioso cuerpo, la esencia habita como... conocimiento vacío,
la naturaleza como círculos y luces luminosos y brillantes y la compasión como las lámparas de la apariencia y la vacuidad.”

“El Tantra del Espacio Luminoso”

“Que otros vayan al monasterio a ofrecer lámparas.
Siguiendo el camino yóguico, yo enciendo la lámpara de mantequilla de la dicha innata que reside dentro del corazón.”

Milarepa (Siglo xi)









“Mediante la práctica Dzogchen de Trekchö [‘cortar’] se desarrolla la mente de un Buda. Mediante Tögal, practicando con luz, se crea el cuerpo de un Buda... [en el que] todos los elementos impuros o condicionados se disuelven en la luz del arco iris de cinco colores, o cuerpo sutil ilusorio.”

Su Santidad el Decimocuarto Dalai Lama



Las prácticas de Tögal, o "realización directa," incluyen la contemplación de las refracciones de la luz del sol y de la luna o de las profundidades del cielo como apoyo para la experiencia visionaria. Como dicen las inscripciones de la pared: "Por la tarde, mira los rayos del sol poniente. Por la noche, penetra la luminosidad de la luna... la naturaleza primordial se manifiesta espontáneamente como la Lámpara de las Esferas Vacías."

"Al ver directamente la esencia de la realidad, la mente conceptual es como un pájaro atrapado en una trampa. Ya no será arrastrada a la existencia cíclica... Como alguien afectado por una enfermedad, la mente se libera de toda pretensión y apego...
Vajrasattva [en la página opuesta, arriba a la derecha] no está afuera, sino dentro... La expresión de la conciencia como percepción sin obstáculos, la esencia misma de las pasiones liberadas espontáneamente. Este es el verdadero Buda Vajrasattva."

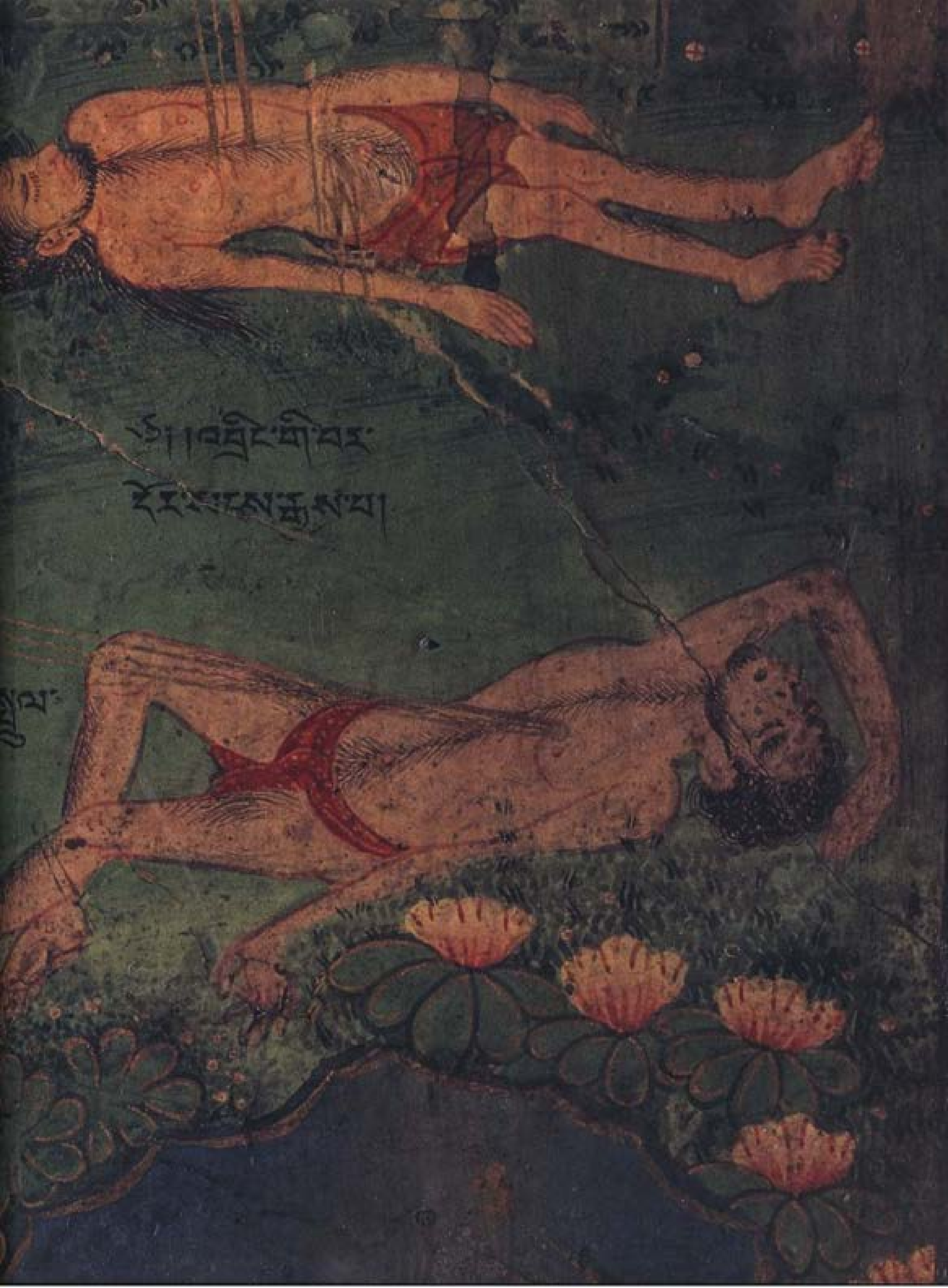
DE LAS INSCRIPCIONES DE LA PARED

Páginas anteriores: Los Rishis, los "videntes" de la antigua India, fueron los progenitores de los linajes Tántricos que florecieron en el Tíbet después del siglo VII. Con barba y pelo largo y vestidos con pieles de animales o mantos sueltos, estos adeptos del camino Tántrico representan un estado liberado más allá de las normas sociales y libre de posesiones materiales. Varias de las figuras llevan cinturones de meditación sobre los hombros.
Se muestra a dos yoguis (pág. 149, más abajo) con adornos de hueso, símbolo de haber penetrado más allá de la dualidad de la vida y la muerte.








༄། །འབྲིང་གི་བར་
ཏེ་ར་ས་ཡ་སྨེ་རྒྱ་ས་པ།





“Cuando la apariencia y la vacuidad
son inseparables,
ese es el momento de haber
realizado la visión.
Cuando el sueño y el estar despierto no
tienen distinción alguna,
ese es el momento de haber
actualizado la meditación.
Cuando la felicidad y el sufrimiento
parecen lo mismo,
ese es el momento de haber
perfeccionado la actividad.
Cuando esta vida y la siguiente no
están separadas,
ese es el momento de haber reconocido
el Estado Natural.
Cuando la mente y el espacio no tienen
ninguna diferencia,
ese es el momento de haber
realizado el Dharmakaya.
Cuando tu propia mente y Buda
no son diferentes,
ese es el momento de haber
alcanzado el fruto.”

LAMA SHABKAR
“El Vuelo del Garuda”

La esquina superior derecha del mural Occidental ilustra la culminación del camino Dzogchen mostrando el momento de liberación alcanzado por seres de capacidad inferior, media y superior. Según las inscripciones de la pared: “Los seres superiores pueden alcanzar la iluminación sin abandonar el cuerpo físico [la figura central sentada bajo un arco iris]. Aquellos de capacidad media pueden alcanzar la iluminación en el estado intermedio entre la muerte y el renacimiento [la figura voladora en la parte superior derecha]. Los seres menores [páginas anteriores y siguientes] pueden transformarse en una emanación y renacer en un Reino de Buda. Al obtener el control del cuerpo y la mente, uno puede liberarse hacia la Luz Clara.” Como afirmó Su Santidad: “La Gran Perfección de la base, la Gran Perfección del camino y la Gran Perfección del estado resultante... sólo pueden entenderse a través de la experiencia; no pueden describirse con meras palabras.”





La Pared Este

MAESTROS DE LA COMPASIÓN







La Pared Este

"Homenaje a los maestros espirituales...
encarnaciones del océano de los Budas.
Con atención concentrada yo los invoco:
Envíen ondas de vuestra energía compasiva."

El Decimotercer Dalai Lama
1876-1933

páginas anteriores: El mural Oriental del Lukhang representa a los Mahasiddhas, maestros realizados del camino Tántrico. Mientras que los muros Norte y Oeste del Lukhang ilustran la base y el camino del viaje hacia la iluminación, el muro Oriental celebra la compasión omnisciente de la meta final o el fruto. Simbolizadas por sus adornos de hueso y sus miradas intrépidas, las vidas poco convencionales de estos grandes adeptos apuntan hacia la transformación y la incandescencia del espíritu humano. En la imagen, de izquierda a derecha, aparecen los Mahasiddhas Karnapa, Chandrabhadra y Sengepa.

En la página opuesta: El Mahasidha Kumaripa recibe el "néctar de la instrucción secreta" de una dakini –una encarnación del Principio Femenino que, según se cree, guía a los adeptos Tántricos en su camino hacia la iluminación. El Siddha, o el realizado, recoge ambrosía espiritual en una copa con forma de calavera invertida, que simboliza la abnegación y la inmortalidad de la mente iluminada. Como afirmó Su Santidad: "La mente que despierta es como un elixir mágico... es una mente de la que se pueden extraer todas las virtudes... Se debe hacer todo lo posible para generarla, protegerla y aumentarla."

La pared Este del Lukhang ilustra la culminación del camino Budista en imágenes a la vez sublimes y terrenales. Desde los antiguos Siddhas Indios hasta los famosos yoguis y reyes Tibetanos, el mural Oriental presenta retratos animados de seres que, según se cree, alcanzaron la meta final de la iluminación espiritual. Estas pinturas, que ilustran un espectro de la actividad humana, desde lo sensual hasta lo ascético, revelan la potencialidad sagrada de todo esfuerzo humano. Liberados del pensamiento y del comportamiento convencionales, estos Mahasiddhas, o adeptos realizados, basaron toda actividad en la claridad y la compasión, revelando un camino espiritual, no de renuncia, sino de una aceptación a menudo radical de lo que los caminos menores evitan cuidadosamente. Como afirmó Su Santidad: "Después de alcanzar la iluminación, uno puede manifestarse de muchas maneras para beneficiar a los seres sensibles, tal como el Bodhisattva Maitreya se apareció en la forma de un perro lleno de gusanos a Asanga para hacer que su compasión aumentara y se desbordara. De manera similar, Tilopa se apareció a Naropa como un mendigo medio loco que comía pescado vivo. Las escrituras contienen una gran cantidad de relatos de seres que han manifestado su iluminación de maneras totalmente mundanas para beneficiar a otros seres... Tal es el maravilloso poder del estado omnisciente."[49]

Los ochenta y cuatro Mahasiddhas que vivieron en la India entre los siglos VIII y XI fueron los progenitores de la forma Tántrica del Budismo del Tíbet y, en la pared Oriental del Lukhang, sus retratos encarnan su espíritu viviente: la capacidad de descubrir en el corazón de la experiencia una visión de sabiduría y compasión independientemente del lugar que uno ocupe en la sociedad. En el mural se representan reyes, pescadores, eruditos, cortesanos, cazadores y flecheros analfabetos, todos ellos que abandonaron su rango y su casta para seguir caminos altamente individualizados hacia la liberación espiritual. Algunos están envueltos en joyas, mientras que otros llevan engalanados huesos humanos para simbolizar su trascendencia de la esperanza y el miedo. El tejedor Siddha Tantipa (p. 178) ilustra esta visión sagrada y alusiva mientras está sentado frente a su telar: "Tejo las hebras de la experiencia: Mi hilo es la potencialidad pura de la conciencia sensorial; mi peine es la instrucción secreta del Gurú; mi telar es la perfecta percepción de la

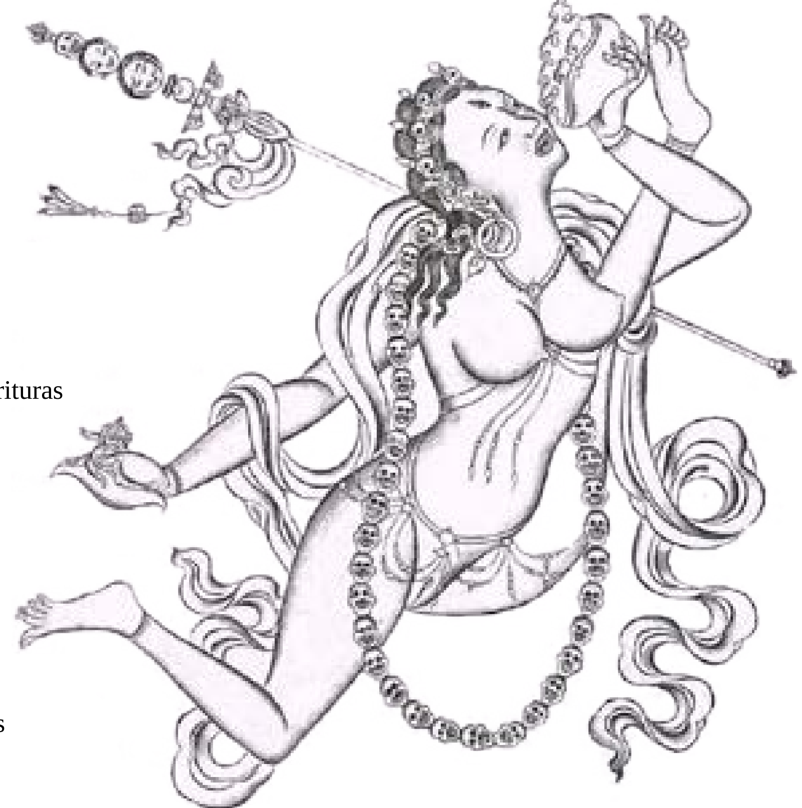
Vacuidad, y la tela terminada es el Dharmakaya: la unidad del espacio que todo lo abarca y el juego incesante de la compasión."[50]

Canciones de Iluminación

En la época de los Mahasiddhas, el ritual y la convención habían delimitado no sólo la actividad humana, sino también la visión misma de la relación del individuo con el Cosmos. Los Siddhas siguieron a sus corazones y al hacerlo descubrieron las fuentes creativas de la auténtica espiritualidad. Muchos de ellos habían sido grandes eruditos y monjes, otros pastores o ladrones, pero lo que tenían en común sus diversas vidas era el compromiso compasivo de liberar a los demás de las cadenas de una esclavitud en gran medida auto-creada. Su realización se expresó no sólo en sus inspiradoras biografías, sino también en *doha*, canciones espontáneas que celebraban su libertad de las convenciones sociales y religiosas. Como cantó Saraha, el Gran Brahmán, en su famoso *Dohakotsha*:

> "¿Se logrará la liberación permaneciendo en meditación?
> ¿De qué sirve encender lámparas? ¿De qué sirve hacer ofrendas?
> ¿Qué se puede lograr confiando en los mantras? ...
> Mantras y Tantras, meditación y concentración,
> todos son causas de auto-engaño...
> ¡Abandona esos falsos apegos! ¡Renuncia a estas ilusiones!
>
> Si ya está manifiesto, ¿De qué sirve la meditación?
> Y si está oculto, uno solo está midiendo la oscuridad.
> Saraha exclama: ¡La naturaleza de lo Innato no es ni existente
> ni inexistente!
>
> Si existe aparte de la meditación, ¿Cómo se puede meditar en él?
> Si es inefable, ¿Cómo se puede discutir sobre él?
> ¡El mundo entero está esclavizado por las apariencias
> y nadie comprende su verdadera naturaleza!"[51]

Detrás de las canciones iconoclastas de Saraha había un compromiso riguroso con la espiritualidad innata del ser más íntimo de cada uno y con un objetivo interior que trasciende el ritual y el condicionamiento. Sin embargo, más que visionarios de espíritu libre, los Siddhas fueron a menudo grandes eruditos. Tilopa, Naropa, Saraha, Maitripa y otros produjeron textos importantes que forman la base de la forma única de Budismo del Tíbet. Tilopa (988-1069), por ejemplo, compuso el primer tratado conocido que codifica las prácticas místicas de los Seis Yogas ilustradas en el mural Norte de Lukhang. Las canciones extáticas de los Mahasiddhas, sin embargo, expresan una visión más espontánea de la verdad omnipresente más allá del alcance del pensamiento y la razón. Como proclamó Saraha:



"No hay nada que negar, nada que
afirmar o aferrar; porque la realidad nunca puede
ser conceptualizada.
Los engañados están eternamente encadenados
por las fragmentaciones del intelecto;
la naturaleza Innata permanece libre e indivisa."

Muchos maestros Tibetanos han afirmado que los versos místicos compuestos por los yoguis y yoguinis de la India Budista revelan la esencia del camino Tántrico. Mientras que las escrituras exponen sutilezas filosóficas, las canciones de los Mahasiddhas son expresiones directas del corazón despierto. Como cantó Saraha:

> "Disfrutando del mundo de los sentidos, uno
> permanece desapegado;
> arrancando el loto sin tocar el agua.
> El yogui que ha llegado a la raíz de las cosas,
> no está esclavizado por los sentidos, aunque los
> disfruta plenamente."[52]

La vida de los Mahasiddhas no estaba mediada por conceptos, teorías y prohibiciones infundadas. Como subrayan repetidamente los aforismos del Dzogchen: "Si tienes miel en la lengua, no hay necesidad de explicaciones sobre su sabor."

El Néctar de las Dakinis

> "Cuando la propia visión es pura, el universo entero se ve como un mandala divino y todo lo que hay en él como néctares ambrosiales... Son como las gotas del corazón de las dakinis. Cuando se ingieren, los beneficios son inconcebibles."
>
> El Decimotercer Dalai Lama

Uno de los grandes Siddhas cuyo nombre se asoció por primera vez con los Seis Yogas fue Naropa, un gran erudito de la universidad Budista de Nalanda. Mientras leía en su celda, una mujer de la limpieza miró por encima de su hombro. "¿Entiendes el significado o sólo las palabras?" Cuando respondió que entendía ambas cosas, la anciana lo reprendió por mentir y lo inspiró a abandonar el monasterio y buscar el verdadero conocimiento del Mahasiddha Tilopa en las selvas Orientales. Con una carcajada enigmática, se disolvió en un arcoíris y voló por la ventana.

Las dakinis como la que visitó a Naropa en su ermita representan el principio femenino de la sabiduría y la potencialidad pura, impulsando a la mente más allá de la lógica y la razón hacia las posibilidades ilimitadas del estado despierto. En su forma absoluta, las dakinis son las energías ilimitadas del espacio mismo, pero se manifiestan fácilmente en situaciones existenciales para llevar a los practicantes a su

objetivo. Como le dijo Tilopa a Naropa cuando finalmente se conocieron: "Míra en el espejo de tu mente, la luz radiante, el misterioso hogar de la dakini."

En cualquier forma, el encuentro con la dakini, la musa suprema, o su contraparte masculina, el daka, es central para el viaje Tántrico. En la historia de Dombi Heruka, un famoso rey se enamoró de un bailarina paria, lo que lo obligó a abdicar de su reino. Al retirarse a la jungla, perfeccionaron los yogas internos del Hevajra Tantra. Sus antiguos súbditos, reconociendo su error al desterrarlo, rogaron al rey que regresara y gobernara su tierra. Ahora, convertido en un Siddha plenamente realizado, emergió del bosque unido a su consorte dakini a lomos de una tigresa preñada, blandiendo una serpiente mortal como látigo. Ante sus atónitos súbditos, proclamó: "Mi reino es ahora el reino de la Verdad incondicional."

En todo el mural Oriental se muestra a dakinis y "diosas elixires" vertiendo néctar en las copas de los cráneos de los siddhas, lo que significa que absorben la dichosa ambrosía de la conciencia imparcial. Internamente, la corriente de néctar significa el flujo de esencias sutiles dentro del cuerpo del adepto, la verdadera morada de las dakinis. A través de las prácticas de los Tantras internos, estas secreciones naturales "arden y gotean" y el néctar de las dakinis inunda el cuerpo del yogui con Gran Dicha. En una obra titulada "La esencia de la ambrosía benéfica," el Séptimo Dalai Lama se refirió poéticamente a este proceso de alquimia interior:

> "Las dakinis que vuelan por debajo y por encima
> han abandonado toda emoción ordinaria;
> sin embargo, cuando la práctica yóguica de uno tiene disciplina mística,
> las dakinis liberan la Gran Dicha."

Si bien las dakinis se refieren en última instancia a la actividad de la mente iluminada y sus "canales secretos de conciencia," en algunos contextos son compañeras externas en yogas sexuales. Muchos Siddhas se muestran en la pared Oriental con consortes que, a pesar de su menor estatura, fueron fundamentales para llevar a los Siddhas a la iluminación completa. En una historia altamente simbólica, un alquimista frustrado llamado Vyalipa arrojó sus libros al río solo para que una prostituta que se estaba bañando río abajo los devolviera. Empezaron a salir juntos y un día la prostituta dejó caer accidentalmente especias que estaba mezclando para la cena en el crisol del alquimista, aportando sin querer el ingrediente que faltaba para producir la ansiada ambrosía.

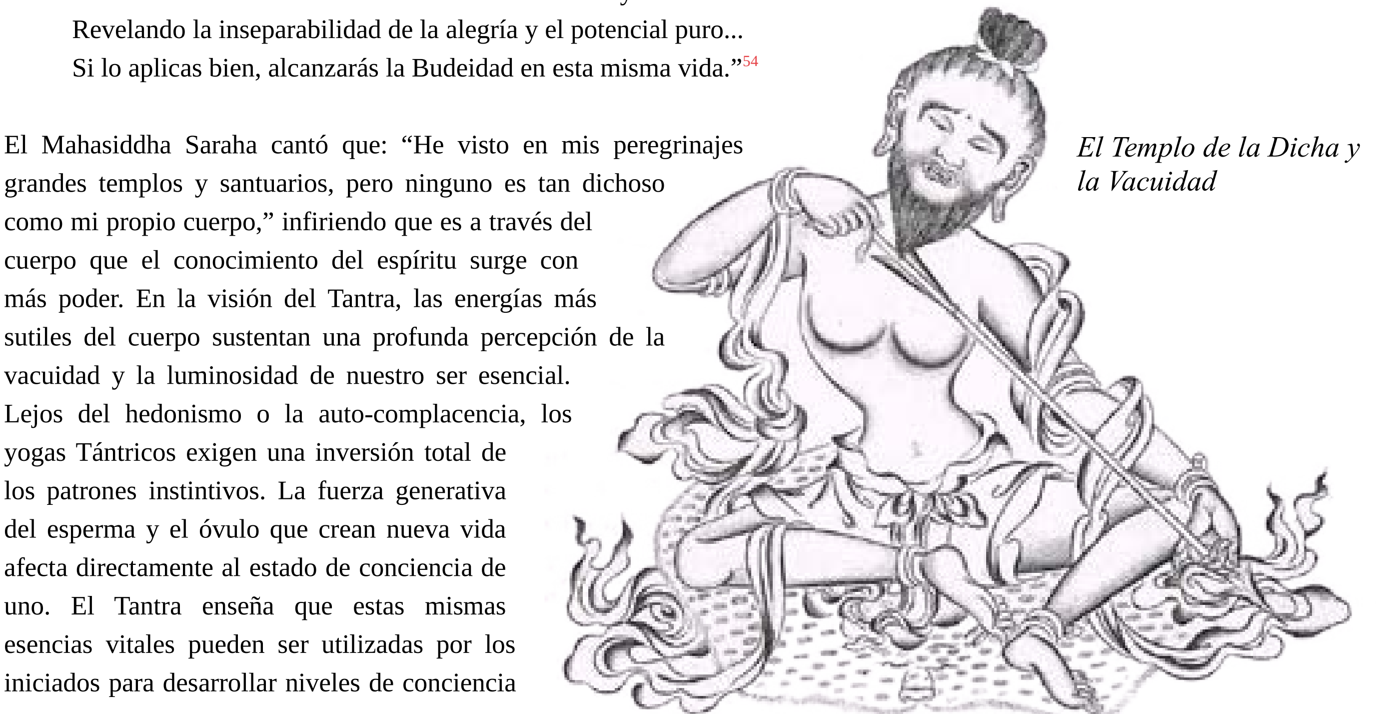
El Tantra no está limitado por las normas sociales convencionales y las historias de los Siddhas a menudo desafían nuestros estereotipos. Los encuentros de los Siddhas con las dakinis revelan invariablemente la esterilidad de las áridas búsquedas intelectuales y les abren a los secretos de la vida y la naturaleza. Mucho más que renegados religiosos, las transgresiones sagradas de los Siddhas transformaron sus limitaciones anteriores en potentes parábolas. Como afirman continuamente sus historias, la existencia auténtica exige abrazar aspectos de la existencia humana que la religión convencional evita. Cuando Saraha aceptó a la hija de un herrero analfabeto como su consorte, proclamó: “Ayer no era un monje; desde hoy realmente lo soy.”[53] Expresó su visión sucintamente:

> “Algunos están atados por renunciar a las cosas.
> Otros por estas mismas cosas
> obtienen la iluminación insuperable.”

Los néctares de las dakinis se refieren en última instancia al flujo de conciencia exaltada y sin obstáculos y a la integración de toda actividad en el camino de la iluminación. En el “Canto del Mahamudra,” el Mahasiddha Tilopa dio instrucciones a Naropa en las orillas del Ganges:

> “Busca una consorte cualificada y el secreto de las dakinis,
> la sabiduría de la dicha y la vacuidad
> surgirá en tu interior...
> Libre del apego dualista, invierte el flujo del
> néctar descendente y difúndelo por todo el cuerpo...
> La dicha se extiende a través de los cuatro *chakras* y los tres canales... .
> Revelando la inseparabilidad de la alegría y el potencial puro...
> Si lo aplicas bien, alcanzarás la Budeidad en esta misma vida.”[54]

El Mahasiddha Saraha cantó que: “He visto en mis peregrinajes grandes templos y santuarios, pero ninguno es tan dichoso como mi propio cuerpo,” infiriendo que es a través del cuerpo que el conocimiento del espíritu surge con más poder. En la visión del Tantra, las energías más sutiles del cuerpo sustentan una profunda percepción de la vacuidad y la luminosidad de nuestro ser esencial. Lejos del hedonismo o la auto-complacencia, los yogas Tántricos exigen una inversión total de los patrones instintivos. La fuerza generativa del esperma y el óvulo que crean nueva vida afecta directamente al estado de conciencia de uno. El Tantra enseña que estas mismas esencias vitales pueden ser utilizadas por los iniciados para desarrollar niveles de conciencia



El Templo de la Dicha y la Vacuidad



en los que la pasión y el deseo se transmutan en una energía radiante e incandescente que libera espontáneamente todo deseo egoísta y aferrado. Como escribió el Séptimo Dalai Lama en “La Esencia de la Ambrosía Beneficiosa”:

> “El consorte externo, en el fuego de la naturaleza,
> derrite las gotas de vida que
> recorren los 72.000 canales
> y las lleva al *nadi* central,
> dando lugar a los cuatro gozos inefables.”

A principios del siglo XVI, el Segundo Dalai Lama dio a conocer las prácticas del yoga sexual en un texto llamado *Transmisión de la Sabiduría Dakini*: “Al confiar en una consorte externa... que ha madurado a través de la iniciación Tántrica, el yogui en los niveles más altos de la etapa de consumación es conducido a la Gran Dicha... Para esta práctica uno debe entender bien las instrucciones orales y tener un control completo de las energías vitales. Entrar en unión sexual con una consorte da lugar a la Dicha Innata. Esto hace que las energías vitales se disuelvan tal como en el momento de la muerte, y la Luz Clara de la mente surge con gran fuerza... Esta práctica es extremadamente secreta y no es apropiado decir más.”[55]

La mayoría de los Siddhas en el mural Oriental de Lukhang se muestran con consortes, pero como dijo célebremente el Sexto Dalai Lama, "no pienses que es lo mismo." En el arte Tibetano, las representaciones de deidades en unión extática hacen referencia, en última instancia, a un proceso alquímico interno en el que las esencias masculina y femenina del cuerpo, heredadas en el momento de la concepción, son llevadas al canal central, dando lugar a la sabiduría de la Gran Dicha. Ya sean metafóricas o reales, las imágenes extáticas del arte Tibetano simbolizan la danza eterna de la sabiduría y la compasión, la vacuidad y los medios hábiles. Como Padmasambhava le dijo a su consorte Yeshe Tsogyal: "Mira la naturaleza del deseo y encontrarás una luz ilimitada." El celibato puede centrar la mente y conducirla a reinos superiores, lo mismo puede hacer el consorte perfecto. Como escribió el Sexto Dalai Lama:

> "Yo busqué instrucción a los pies de un lama renombrado,
> pero mis pensamientos se escapaban continuamente hacia mi amada,
> porque mi mente estaba llena de gran compasión."

En respuesta a las imágenes de los Mahasiddhas en la pared Oriental del Lukhang, Su Santidad dijo: "Todos los Mahasiddhas estaban firmemente establecidos en las enseñanzas Budistas y los entrenamientos morales. Muchos de ellos eran grandes eruditos y monjes completamente ordenados... Una vez que alcanzaron una experiencia interior profunda, en algunos casos tomaron consortes como apoyos externos para desarrollar, revertir y difundir el *tigle*, o esencias vitales, a través del sistema de canales de energía sutil del cuerpo. Practicar de esta manera como monje no es apropiado, por lo que por esa razón a menudo se despojaban de sus hábitos o simplemente abandonaban el monasterio. No se trata en absoluto de una cuestión de simplemente desear relaciones sexuales ordinarias. Una vez que se entiende este punto, los retratos de los Mahasiddhas pueden entenderse en su contexto adecuado."

Su Santidad contó la historia del Mahasiddha Birwapa (Virupa) que aparece en la página 197: "Una noche, varias dakinis se reunieron en la habitación de Birwapa en el monasterio. Otros monjes oyeron voces femeninas a través de las paredes y, al día siguiente, en una reunión en el gran salón, el jefe de disciplina expulsó a Birwapa del monasterio. Birwapa se fue voluntariamente, reconociendo que había llegado el momento de practicar la "Unión" y desarrollar la Gran Dicha que penetra la vacuidad a través de la confianza en una consorte externa... Cuando la sabiduría que comprende la vacuidad se vuelve cada vez más dichosa, sutil y cada vez más consciente... uno puede finalmente separar por completo la conciencia sutil del cuerpo físico." Su Santidad se apresura a negar, riendo, que él mismo haya alcanzado ese nivel.

El Mentor Espiritual

> "La fuente de todo crecimiento espiritual se encuentra
> en confiar correctamente en un maestro espiritual cualificado.
> Esto da nacimiento a todo lo que es saludable,
> tanto en este mundo como en el más allá."
> El Decimotercer Dalai Lama
> "Un Jarrón de Ambrosía para Satisfacer Todos los Deseos"

Como se representa en la pared Oriental, el mentor espiritual se asemeja a un recipiente para el paso de la ignorancia a la iluminación (págs. 180-81). Como afirmó Naropa: “Cuando dependo del barco, el Gurú, la preciosa joya de la mente, estoy seguro de liberarme del océano sin fondo del Samsara.” En el Tantra, el maestro espiritual no sólo evita que el aspirante caiga en los pozos del apego y la auto-complacencia, sino que le confiere el poder del despertar espiritual. En la historia de la tutela de Naropa bajo la tutela de Tilopa, pasó por grandes dificultades antes de que su mente madurara y pudiera recibir la transmisión espiritual. Como Tilopa lo reprendió repetidamente: “No estás atado por las percepciones, sino por el apego; ¡Así que corta tu apego, Naropa!”

Cuando el erudito Maitripa se reunió con su Gurú, Savaripa, se encontró con un cazador salvaje vestido con plumas de pavo real que llevaba un cadáver de cerdo colgado de un arco entre sus dos consortes. Sólo cuando Maitripa hubo superado sus rígidos hábitos mentales y preconcepciones pudo tomar las enseñanzas en serio.

Como señalan todos los Siddhas, la Naturaleza de Buda innata está completa dentro de nosotros, pero sólo puede revelarse a través de la transmisión directa de la propia energía despierta del Gurú. Cualquier cosa que no sea eso se considera mero conocimiento intelectual. Como afirmó Saraha: “Aquellos que no beben con facilidad la ambrosía de la instrucción oral del maestro, mueren de sed en el desierto de las escrituras interminables.” De manera similar, Su Santidad dijo: “La esencia de la Gran Perfección nunca puede entenderse leyendo sobre ella en libros... los preceptos esenciales sólo pueden apreciarse plenamente cuando son explicados por un maestro experimentado, directamente de boca a oído.”

Como atestiguan continuamente las canciones de Tilopa, la iluminación no es una construcción intelectual; está más allá de la mente tal como la conocemos comúnmente: “Aunque la sabiduría innata reside en el corazón de todos los seres, si no es mostrada por el Gurú, no puede ser realizada. Como el aceite de sésamo que permanece dentro de la semilla, [la Naturaleza de Buda] nunca se manifestará.”[56]

El mentor espiritual es la fuente de todas las cualidades iluminadas; el guía que nos lleva a través del océano del Samsara hacia la tierra del Nirvana (pags 180-81). Como escribió el Segundo Dalai Lama en la “Canción del Camino Tántrico”:

> “El Gurú es la fuente de todo poder Tántrico,
> el practicante que lo ve como un Buda
> tiene la clave de la realización en las palmas de sus manos.
> Así que dedícate con plena intensidad
> al Gurú tanto en pensamiento como en acción...
> La raíz de todo logro místico.”

Sabiduría Dinámica

La sección central inferior de la pared Oriental representa a los veinticinco discípulos de Padmasambhava, el maestro “nacido del loto” que estableció el Budismo Tántrico en el Tíbet durante el reinado del rey Trisong Detsen. Como lo describió el tercer Dalai Lama: “Las maravillosas acciones y aspiraciones [de Padmasambhava] abrieron las brillantes puertas de las enseñanzas del Buda para un Tíbet que estaba perdido en la oscuridad.”

A Padmasambhava se lo conoce comúnmente como el “segundo Buda” y los episodios de su vida milagrosa son ricas parábolas del camino hacia la iluminación. El rey Indio Indrabodhi lo descubrió cuando era un niño pequeño flotando sobre un loto en un lago del Himalaya. El rey le preguntó quién era y cómo había llegado allí, a lo que el “Glorioso Nacido del Loto” respondió:

> “Mi padre es la conciencia intrínseca, Samantabhadra.
> Mi madre es la matriz del potencial infinito, Samantabhadri...
> Mi país es la Esfera última, no nacida.
> Yo consumo pensamientos dualistas como alimento.
> Mi papel es cumplir con las actividades de los Budas.”

Padmasambhava transmitió las enseñanzas Tántricas más íntimas al rey Tibetano, así como a otros veinticuatro “discípulos del corazón” que están representados en el mural demostrando sus diversos logros yóguicos, como volar sobre los rayos del sol y clavar dagas de madera a través de la roca sólida (pags 200-05). Como explican los lamas, los milagros demostrados por Padmasambhava y sus discípulos convirtieron las mentes de los Tibetanos de un sentido de limitación a uno de posibilidad ilimitada; “subyugando,” como escribió Trungpa Rinpoche, “las energías psíquicas de un país que estaba infestado de creencias primitivas sobre el ego y dios.”[57] Trungpa se refirió a los métodos de Padmasambhava como “sabiduría loca” y su función principal era destruir “las engañosas estructuras espirituales teístas”: “La creencia en el yo y dios como separados y la noción de tratar de alcanzar reinos superiores tenían que ser destruidas... A menos que se destruyan estas nociones dualistas, no hay punto de partida para dar nacimiento al Tantra.”[58]

A través de las prácticas Tántricas, los Siddhas Budistas se convirtieron en maestros sobre las apariencias. Con una percepción sin obstáculos, reconocieron la transparencia (*zangthal*) de todos los fenómenos y dejaron sus huellas en las rocas para probarlo. La más destacada entre los discípulos de Padmasambhava fue la joven reina Tibetana, Yeshe Tsogyal (p. 200). Venerada como una dakini en forma humana, Yeshe Tsogyal, “Lago Real de la Conciencia Suprema,” alcanzó la más alta realización en una remota cueva rodeada de hielo mediante la práctica del *tummo*, el yoga del calor místico. Se convirtió en una gran maestra y autora de varias versiones de la historia de la vida y las enseñanzas de Padmasambhava. Muchas de ellas las ocultó en rocas para que las descubrieran las generaciones futuras.

Los murales de la esquina Sureste de la capilla superior de Lukhang ilustran otros episodios de la vida de los grandes adeptos Tibetanos.

Las pinturas idealizan a la nación Tibetana como una sociedad iluminada y a sus monarcas como emanaciones de los dioses Indios de compasión ilimitada. Aunque la intriga política y la desigualdad social formaban parte de la historia Tibetana tanto como en cualquier otro lugar, el trabajo de la iluminación continuó sin cesar. La sabiduría y la compasión se expresaron continuamente como los ideales más elevados del Tíbet, como se revela en las vidas y las canciones de los Mahasiddhas, que muestran que el arte más grande de todos es el arte de la transformación; ver más allá de las aparentes dualidades hacia la fuente radiante que habita en el interior.

El Estanque del Rey Dragón

Los murales de Lukhang comienzan con vívidas ilustraciones del poderoso momento de la historia Tibetana en el que Padmasambhava transformó a los Nagas y otras energías adversas de la mente y el paisaje en aliados en el camino hacia la iluminación. Los murales de Lukhang expresan la transfiguración de estas fuerzas ctónicas de la psique humana.

Los poemas de amor y deseo del Sexto Dalai Lama transforman la emoción poderosa en compasión y conciencia radiante. Cualquiera que sea el misterio detrás del Dalai Lama que construyó por primera vez el Lukhang en el lago detrás del Potala, sus murales secretos expresan en última instancia la creencia de Su Santidad de que “el amor y la compasión son la esencia de toda religión.”

Sin embargo, los elementos que hicieron del Lukhang un santuario del corazón y el espíritu se están destruyendo gradualmente. El propio Lukhang ha pasado por sucesivas reparaciones y, en las últimas décadas, sirvió brevemente como escuela. En lugar del transbordador original, ahora una pasarela arqueada salva el espacio entre la isla y la orilla. Las publicaciones Chinas se refieren al lago como el “Estanque del Rey Dragón” y el municipio dirigido por los comunistas lo ha rodeado de hormigón. Los barcos de aluminio para turistas Chinos yacen volcados sobre el terraplén de cemento. Detrás del lago hay un parque de atracciones con autos de choques y una cervecería al aire libre con sombrillas de plástico. Los antiguos y sinuosos sauces han sido podados y encerrados en vallas de hierro. En el interior del Lukhang, el agua que se filtra a través del techo continúa destruyendo importantes secciones de los murales que están ocultos tras toscos marcos de madera y vidrio.

A pesar de estos cambios efímeros, el Lukhang se alza sobre el lago que lo rodea como la joya de los legendarios Nagas. Su techo dorado brilla en el aire claro del Tíbet. Los pájaros pasan volando y se pierden de vista. La luz del sol que se filtra a través de las ventanas enrejadas del piso superior cae sobre el trono todavía reservado para el Dalai Lama si algún día regresa a Lhasa y al pequeño templo insular construido por sus predecesores. En las tres paredes circundantes, los enigmáticos murales guiaron a los Dalai Lamas anteriores en su camino hacia la iluminación. Hoy, estas pinturas han sido reveladas a un mundo más grande; espejos distantes que reflejan el continuo intemporal de la sabiduría y la compasión.

Los recuerdos que Su Santidad tiene del Lukhang se limitan a grullas, patos silvestres y otras aves acuáticas, algunas de las cuales anidaron en los aleros del Potala. Como relata Su Santidad, cuando los pequeños estaban casi listos para volar, uno de ellos, ya fuera la madre o el padre, los dejaba caer sobre las alas extendidas del padre que estaba abajo, quien, llevándolo sobre su espalda, caminaba como un pato hasta la orilla del lago. Esta imagen de la red de compasión e interdependencia

puede haber inspirado los versos del Sexto Dalai Lama cuando escribió: “Grulla Blanca, préstame tus alas, no volaré lejos...”; evocando el ideal del Bodhisattva que regresa al mundo para traer beneficios a todos los seres. Como se afirma en una plegaria del Segundo Dalai Lama:

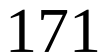
> “Él es el regente de todos los Budas,
> el que concede todos los deseos, una joya mágica.
> Él trae todos los beneficios a esta vida y a la próxima
> y anuncia cada realización, común y suprema.”

Los murales de Lukhang señalan la verdad universal de que el principio y el final de todos los viajes espirituales se encuentran en el corazón. El Sexto Dalai Lama se elevó en las alas del deseo hacia una vida secreta más allá de su existencia terrenal. Como un Siddha, denunció todas las limitaciones en su búsqueda del fruto de la realización espiritual:

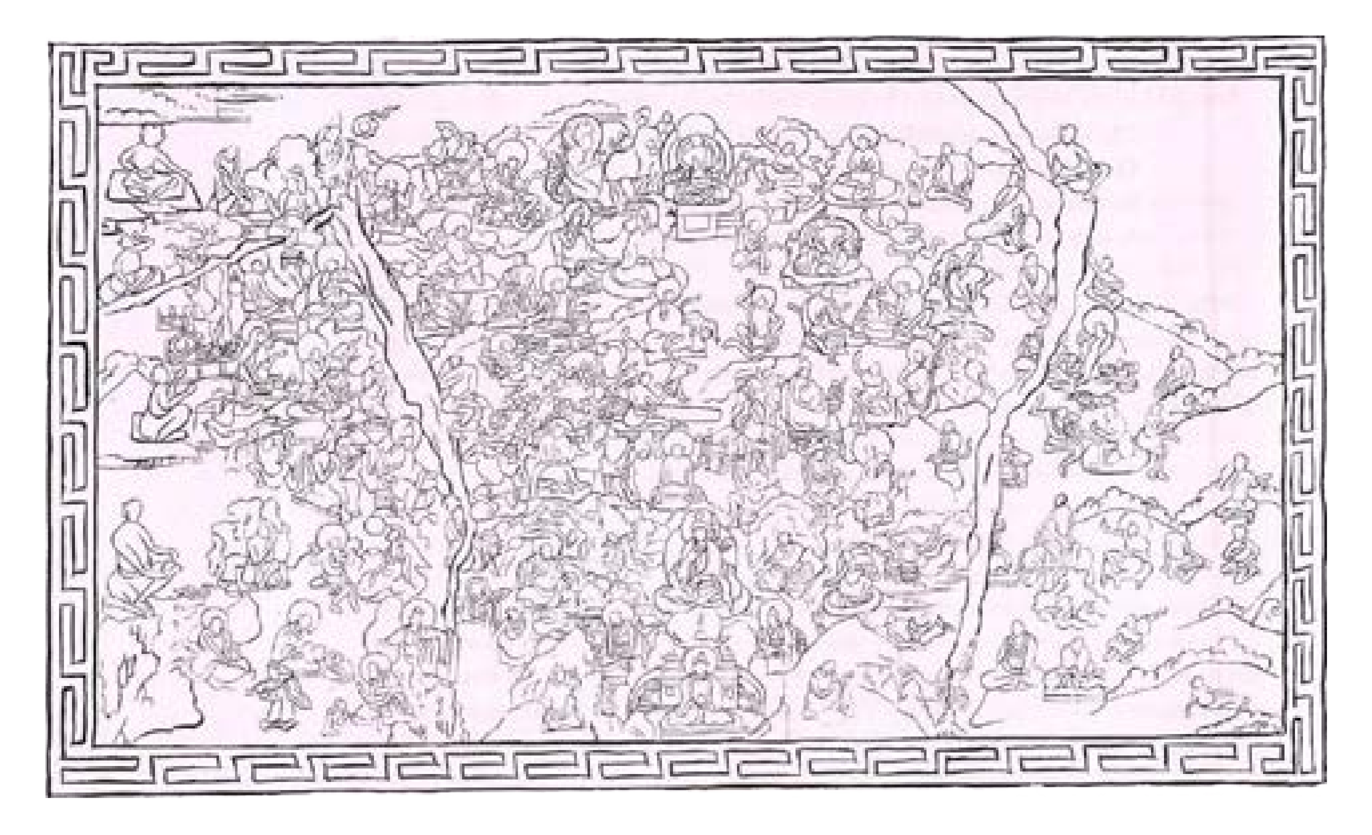
> “Sin temor al demonio Naga que acecha detrás,
> yo he decidido arrancar el melocotón maduro
> que cuelga justo delante de mí.”

Las visiones místicas de poderes que están más allá de nuestra conciencia actual dieron origen a un templo en un lago donde los ritos de la compasión fueron cultivados por encarnaciones sucesivas de Dalai Lamas. El arte es tan poderoso hoy en día e insta al espectador a una inmensidad libre de todo apego. Los Dalai Lamas y otros Siddhas comparan la percepción con los procesos del arte: “una exhibición incesante esbozada por la compasión en el lienzo del espacio primordial.” Si miramos lo suficiente, con suficiente paciencia, descubrimos en los murales de Lukhang las pinceladas y los detalles de nuestra naturaleza más íntima. Descubrimos también que la preciosa joya de los Nagas, a quienes se dedicó el templo en un principio, no es otra cosa que la mente Bodhi de la Gran Compasión.
Como escribió el Segundo Dalai Lama:

> “Las vastas profundidades del océano
> están cargadas de tesoros.
> ¡Qué maravillosamente rico es el
> disfrute de los Reyes Naga!
> [La vasta extensión de la Realidad
> del Dharmakaya] se manifiesta como
> espontáneamente como sonido y luz.
> ¡Qué increíblemente elevado es el disfrute de
> los adeptos realizados!”



El Mural Oriental y las Inscripciones en las Paredes



El mural Oriental mide aproximadamente 264 cm (104 pulgadas) de largo y 137 cm (54 pulgadas) de alto. Ilustrando el objetivo final de la práctica y la meditación Tántricas, celebra a los reverenciados maestros Indios y Tibetanos cuyas vidas se dedicaron a llevar a otros a la corriente de la liberación. Comenzando en la esquina superior izquierda hay retratos de cuarenta y dos de los ochenta y cuatro Mahasiddhas Indios, los progenitores de los linajes Tántricos del Tíbet. Las ilustraciones de estos reverenciados maestros del camino Budista hacia la iluminación no tienen precedentes Indios, nepaleses o Chinos. Su representación representa una tendencia artística completamente Tibetana, aunque aquí claramente influenciada por las representaciones naturalistas de los Arhats Budistas en la pintura China del siglo XVII. Secciones del mural están muy dañadas, en parte por dos grandes grietas diagonales que dividen las mitades izquierda y derecha del mural. Enmarcado por estas grietas, en la parte superior del mural, está el Buda primordial Vajradhara. Debajo de él, en la parte inferior del marco, está Padmasambhava, quien estableció la forma Tántrica del Budismo en el Tíbet en el siglo VIII por invitación del rey Trisong Detsen, retratado debajo de él. Alrededor de Padmasambhava están sus otros veinticinco discípulos Tibetanos que propagaron las enseñanzas del Tantra y el Dzogchen en el País de las Nieves. El mural continúa en la esquina Sureste, aunque la pintura algo más tosca indica una restauración tosca o posiblemente un grupo de pintores diferente, posiblemente posterior. Estas imágenes y las inscripciones que las acompañan ilustran a grandes maestros de las tradiciones Nyingma, Kagyu y Gelug, Indicando claramente el ideal no sectario que los Dalai Lamas continúan propagando.

Grandes secciones de los murales de las paredes Este y Sureste están completamente oscurecidas por el daño del agua. Las inscripciones murales que siguen están, por lo tanto, muy incompletas. La primera sección enumera los adeptos realizados retratados en el mural Este. A continuación se encuentran las traducciones de las inscripciones visibles en la pared Sureste que muestran figuras importantes en la transmisión de las tradiciones Nyingma y Dzogchen hasta finales del siglo XVII. Lo más interesante es el énfasis en las actividades del “revelador de tesoros” Perna Lingpa, un antepasado directo del Sexto Dalai Lama cuyo compendio de textos Dzogchen formó la fuente textual para los murales de Lukhang. Es posible que bajo las extensas capas de barniz y pintura descascarada de esta sección muy deteriorada de la cámara secreta del Dalai Lama se encuentren pistas sobre la fecha y las circunstancias en las que se crearon por primera vez los murales de Lukhang. La Asociación Shalu está realizando esfuerzos para conservar estas pinturas y pronto podría arrojar nueva luz sobre los orígenes de los murales.

Traducción de las Inscripciones en la Pared del Mural Oriental

Los Ochenta y Cuatro Mahasiddhas

Homenaje a Saraha, 1. Homenaje a Nagarjuna Garbha, 2. Homenaje a Axyadeva, 3. Homenaje a Tsandragomi, 4. Homenaje a Tsoki Dorje, 5. Homenaje a Shantideva, 6. Homenaje a Dombi Heruka, 7. Homenaje a Guhyajnana, 8. Homenaje a Indrabodhi, 9. Homenaje a Kalavajra, 10. Homenaje a Saraha, 11. Homenaje a Tilopa, 12. Homenaje a..., 13. Homenaje a Kondrapa, 14. Homenaje a Atisha, 15. Homenaje a..., 16. Homenaje a Shawari, 17. Homenaje a Mahadeva, 18. Homenaje a Daripa, 19. Homenaje a Shantipa, 20. Homenaje al Siddha Dzalendara, 21. Homenaje al Siddha Thanapa, 22. Homenaje al Siddha Kakanapa, 23. Homenaje al Siddha..., 24. Homenaje al Siddha Dhaga, 25. Homenaje a Siddha Kumaripa, 26. Homenaje al Siddha Tshenbupa, 27. Homenaje al Siddha Nilapa, 28. Homenaje al Rey Dringyi Bubchen, 29. Homenaje a el Siddha Dzharipa, 30. Homenaje al Siddha Kamarupa, 31. Homenaje al Acharya Kunga Nyingpo, 32. Homenaje al Siddha Merichen, 33. Homenaje al Siddha Dawa Tragpa (Chandrakirti), 34. Homenaje al Maestro Shakya Shenyen, 35. Homenaje al Siddha Luyangkhan, 36. Homenaje al Siddha Tsandalipa. 37. Homenaje a..., 38. Homenaje al gran erudito Nyima Nubpa, 39. Homenaje al Siddha Siyalipa, 40. Homenaje al Siddha Kumdutsa, 41. Homenaje al Siddha Lalango, 42. Homenaje al Mahapandit Yigepa, 43. Homenaje a..., en el lado derecho: 1. Homenaje a Birupa, 2. Homenaje a Luhipa, 3. Homenaje a Padma Vajra, 4. Homenaje a Vajra Drilpo, 5. Homenaje a Nalendapa, 6. Homenaje a Kukuripa, 7. Homenaje a Asanga, 8. Homenaje a Natenpa, 9. Homenaje a Lingbu, 10. Homenaje a..., 11. Homenaje a..., 12. Homenaje a..., 13. Homenaje a Nagpo Chopa, 14. Homenaje a..., 15. Homenaje a..., 16. Homenaje a Dengpa, 17. Homenaje a Dzetaripa, 18. Homenaje a Sakaripa, 19. Homenaje al Siddha Kamalapa, 20 Homenaje al Mahapandit Serlingpa, 21. Homenaje al Siddha Shrirapa, 22. Homenaje a Thowinapa, 23. Homenaje al Mahapandit Dharmakirti, 24. Homenaje al Siddha Mutalopa, 25. Homenaje al Acharya Padmakara, 26. Homenaje al Mahasiddha Sinhapa, 27. Homenaje a Minapa, 28. Homenaje al Siddha Anaha, 29. Homenaje al Siddha Sengepa, 30. Homenaje al Siddha Chandrabhadra, 31. Homenaje al Siddha Karnapa, 32. Homenaje a..., 33. Homenaje al Siddha Tsandapa, 34. Homenaje a Acharya Bhawa, 35. Homenaje al Siddha Drayangkhen, 36. Homenaje to the Siddha Kondhali, 37. Homage to the Siddha Ngagi Wangchuk, 38. Homage to the monk H iyanipa, 39. Homage to the Siddha Kalalinka, 40. Homage to the Siddha Walen, 41. Homage to the Siddha Mutopa, 42. Homage Al Siddha Nagabodhi.

Padmasambhava y los Veinticinco Discípulos

1. Guru Padma, 2. Gelong Namkhai Nyingpo, 3. Gyalwa Chogyang, 4. Dorje Dudjom, 5. Nub Sangye Yeshe, 6. Jomo Yeshe Tsogyal, 7. Vairotsana, 8. Yeshe Yang, 9 Palgyi Dorje, 10. Khyeuchung Lotsa, 11. Shubu Palseng, 12. Otran Wangchu, 13. Denma Tsemang, 14. Nanam Yeshe, 15. Jnana Kumara, 16. Rey Trisong Detsen, 17. Drogmi Palye, 18. Yudra Nyingpo, 19. Palgyi Nyingpo, 20. Kawa Lhapal, 21. Palgyi Wangchuk, 22. Kawa Paltseg, 23. Mathog Rinchen, 24. Gyalwai Changchub, 25. Konchog Jungne, 26. Gyalwai Lodro, 27. Drenpa Namkha.

La Esquina Sur

Jamyang Shenyen. Sachen Kula. Jamyang Shingzug. Milarepa (siglo XI) sometió a las fuerzas obstructivas en Trak Kharchelung y trajo Dan Ya y otros se unieron al Dharma. Puso a sus discípulos, como Gonpo Dorje y otros, en el camino de la Liberación. Gonpo Dorje. Gurú Chowang. Sungmay. Zhine. Nochu Kunzig. Perna Lingpa (siglo XV) saltó al "lago ardiente." [Membartso en Bután] y sacó estatuas preciosas y el profundo tesoro central de los *Tres Ciclos de la Vasta Expansión Luminosa,* revelando un total de treinta tesoros espirituales. Cabalgando sobre los rayos del sol... Longchen Rabjam (siglo XIV) reveló muchos tesoros espirituales profundos como el *Lama Yangtik* en Samye... En la ciudad de Yardrok, Padmasambhava y su consorte le otorgaron iniciaciones y mientras realizaban Durante una ceremonia de consagración, aparecieron muchos Budas y Bodhisattvas... Mientras se producían muchos signos milagrosos, él dominaba la visión [de la vasta vacuidad]... predicha por el [futuro Buda] Maitreya. Mientras realizaba rituales de subyugación en la forma de Heruka, Cayó una lluvia de tierra y rocas y se desató una tormenta. Longchenpa se quedó en Kangri Thokar componiendo comentarios. El erudito y consumado Norzang Gyamtsho, que alcanzó la iluminación completa, comenzó las etapas del comentario. En Sheltrak, Namchaktrak y Butshaling en Samye dio la transmisión oral del Kagyur a On de Tashi Chode y la reencarnación de Zurchen. Tsongkapa oficiando Monlam [la Gran Ceremonia de Oración] en Lhasa.... Zachen Losar Gyatso [monje Gelugpa del monasterio de Tashi Lhunpo] practicando en la cueva de Chalung.... Rigdzin Terdak Lingpa reveló muchos tesoros, como el *Ciclo de la Mente Vidyadhara* de Yangmolung, el Ciclo Yamantaka de Sheltrak, el Ciclo Dzogchen de Namchaktrak, el *Ciclo Avalokiteshvara* de Uyug y muchos otros tesoros. En Urgyen Mindroling dio muchas enseñanzas profundas para el beneficio de sus discípulos. En Urgyenling, Rigdzin Tashi Tendzin de Sharuk transmitió las enseñanzas profundas y valiosas de Perna Lingpa a Terdak Lingpa...

¡Que sea auspicioso!

Océano de Sabiduría

Los Tibetanos se refieren comúnmente a los Dalai Lamas como Yezhin Norbu, "la joya que colma los deseos," o Gyalwa Rinpoche, "la joya del Buda," o simplemente Kundun, "la Presencia." El título "Dalai Lama" es de origen Mongol y significa "maestro superior, vasto como un océano." A continuación se muestra una muestra de citas de los escritos de los diversos Dalai Lamas, desde principios del siglo XIV hasta la actualidad.

"Con amor por todos los seres,
escucha las enseñanzas y
medita sobre su significado.
Cuando hayas logrado la experiencia interior,
transmite los métodos liberadores a los demás,
esta es la raíz que produce beneficios y alegría."

EL QUINTO DALAI LAMA

"Una imagen reflejada en un espejo, un arco iris en
el cielo, y una escena pintada
dejan su huella en la mente, pero en esencia
son distintas de lo que parecen.
Mira profundamente el mundo y verás
una ilusión, el sueño de un mago."

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
"Canto del Camino Inmaculado"

"El Budismo se basa en una investigación rigurosa de cómo son las cosas en realidad, más que de cómo parecen. En algunos aspectos, el Budismo es menos una religión que una ciencia de la mente."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"¿Cuál es la fuente de toda miseria? La percepción engañosa... basada en la ignorancia de nuestra verdadera naturaleza... Puesto que el corazón mismo de la ignorancia es el aferramiento innato a un "Yo," todo aquel que desee alcanzar la liberación total de todas las formas de sufrimiento debería esforzarse por abandonar este aferramiento sutil e innato del ego... discerniendo y meditando sobre la vacuidad de la existencia inherente."

EL PRIMER DALAI LAMA

"La fe es una virtud, pero si no está guiada por la sabiduría puede meternos en problemas... Tened siempre como guía principal la razón y el conocimiento de cómo existen realmente las cosas."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"¿Cuál es la esencia
de todas las enseñanzas secretas?
aquello que beneficia a la mente
y contrarresta el engaño."

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
"Una Guirnalda de Joyas de Preguntas Útiles"

"Intentad desarrollar un buen corazón, un corazón cálido, un corazón compasivo. Esto es muy importante para la sociedad, así como para la propia salud y paz mental. Rechazar la creencia en la religión formal institucionalizada está perfectamente bien, pero rechazar un buen corazón es destructivo para uno mismo y para los demás."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"Estimula los puntos vitales del Cuerpo Vajra
y dirige las energías que fluyen por los canales laterales
hacia el canal místico del centro,
obteniendo así la visión de la Clara Luz de la Mente...
indivisible de la sabiduría y la dicha."

EL SEGUNDO DALAI LAMA
"Canción del Camino Tántrico"

"El Cielo del espacio puro,
pensé fundir mi mente con él;
el centro de las frescas nubes colgantes,
pensé tocar su suavidad."

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
"Un Día de Otoño"

"Cuando no existen obstáculos para la visión, se perciben y se conocen todas las cosas... En última instancia, el único obstáculo para la Budeidad es la ignorancia de nuestra propia naturaleza verdadera. Esta falta de conciencia forma hábitos y predisposiciones kármicas. El antídoto principal para esta ignorancia es Rigpa. Mediante la práctica del Dzogchen se pueden eliminar por completo los obstáculos para la iluminación total. No se trata sólo de comprender la vacuidad intelectualmente, sino de alcanzar niveles de conciencia cada vez más sutiles y poderosos."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"La compasión es, por naturaleza, pacífica y gentil, pero también es muy poderosa... Para lograrla no necesitamos volvernos religiosos ni necesitamos ninguna ideología. Todo lo que se necesita es que desarrollemos nuestras cualidades humanas básicas."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"Recuerda continuamente que, aunque convencionalmente el "yo" parece ser auto-existente, en realidad no lo es, y es como algo visto en un sueño, o como la creación de un mago."

EL PRIMER DALAI LAMA

"Si siente que la visión y la práctica del Dzogchen son bastante simples, es una señal de que no las ha comprendido correctamente. Sería bastante irónico si el más elevado de los nueve vehículos, la Gran Perfección, fuera el más simple. Eso sería realmente muy irónico."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"Las visiones de Tögal son las apariciones espontáneas y naturales del Dharmakaya, la mente del Buda... No son creadas ni productos de la imaginación. A través de la meditación profunda, estas apariciones surgen espontáneamente... como reflejos de la mente sutil y de los aspectos sutiles de los cinco elementos."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"Para una mente no iluminada, el mundo es como un pozo de llamas... Haz surgir el espíritu de la Libertad que anhela ir más allá de lo desconocido; para que el jarrón de nuestros corazones se llene de alegría."

EL SEGUNDO DALAI LAMA
"Plegaria del Camino a la Iluminación"

Vestido con adornos de calaveras y
huesos, el Mahasiddha Sengepa
otorga poder a una discípula
con un chorro de agua consagrada.
La palabra Tibetana para bendición
es *jin-lab*, que Su Santidad describió
como "transformación a través de la
majestuosidad o el poder." Se cree que,
mediante el poder de la gran compasión,
los adeptos realizados influyen y
transforman positivamente
las corrientes mentales de otros seres.

"Todos los seres comparten la naturaleza de la iluminación perfecta, pero debido a las percepciones distorsionadas causadas por una mente prejuiciosa, vemos ese mundo como impuro...
Mediante el poder de los métodos secretos del Tantra, llegamos a comprender directamente la naturaleza esencial y pura de todas las apariencias."

EL DECIMOTERCER DALAI LAMA

"Las visiones en Tögal son expresiones naturales de Dharmakaya, la mente de la iluminación... Primero aparecen como *tigles* o luces esféricas, luego eventualmente como mandalas e imágenes de Vajrasattva, Kuntuzangpo u otras deidades... A veces se multiplican o se disuelven... Una vez que tienes el poder de percibir estas formas vacías, pueden surgir apariencias iguales a las de los tres reinos. Las visiones de Tögal no se cultivan... son expresiones espontáneas de la conciencia iluminada."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"En la etapa inicial puede haber alguna relación entre las visiones de Tögal y los sentidos... pero en última instancia estas visiones surgen no a los ojos sino a la conciencia mental. Las visiones son expresiones espontáneas del Dharmakaya. Aunque surgen sólo en el continuum mental del practicante, no podemos decir que las visiones sean ilusorias o irreales."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"La meditación debe formar la base para la acción compasiva, para aprovechar la oportunidad de hacer algo. La motivación del meditador, su sentido de responsabilidad universal, debe expresarse en hechos."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA

"A medida que se desarrolla una comprensión más profunda de la vacuidad, también aumenta la dicha interior... hasta que la mente sutil se convierte en luz clara de sabiduría."

EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA




༢༧
ཨོཾ། །ཀླུ་སྒྲུབ



El Tantra se describe a menudo utilizando la analogía de un telar; la urdimbre y la trama hacen referencia a la interpenetración del Nirvana y el Samsara, lo sagrado y lo mundano, mientras que el mundo se describe como un tapiz de sueños. Esta imagen muestra al tejedor Tantipa rodeado de numerosos otros Siddhas y adeptos realizados. Como escribió el Segundo Dalai Lama: “Todas las cosas que existen son interdependientes. El tejido de la existencia es por naturaleza Vacío. Cultiva esta visión; y sé consciente del mundo como ilusorio, como la creación de un mago.”

“Toda actividad humana puede integrarse en el camino de la iluminación... sin interrumpir la vida habitual ni alterar el modo de vida, se puede producir una transformación interior. Una vez que esto ocurre, las actividades que normalmente podrían parecer negativas o contrarias al Dharma... pueden convertirse en parte del camino hacia la Budeidad.”

SU SANTIDAD EL DECIMOCUARTO DALAI LAMA





“Oh, amigos que quieren seguir mi tradición:
No permitan que sus mentes vaguen sin rumbo.
Sean constantemente conscientes de sus pensamientos
y traten por todos los medios de permanecer
en el camino directo hacia la iluminación.”

EL PRIMER DALAI LAMA
“Canción de las Montañas Nevadas del Este”

Esta imagen del Mahasiddha Kamarupa ilustra un tema Budista común– el voto compasivo de transportar a todos los seres a través del océano del Samsara hasta las orillas de la iluminación. Como escribió el Segundo Dalai Lama: “Buscad con celo una verdadera comprensión de la... ausencia de entidad propia y cruzad rápidamente hacia la isla de las joyas de la sabiduría y la omnisciencia.”

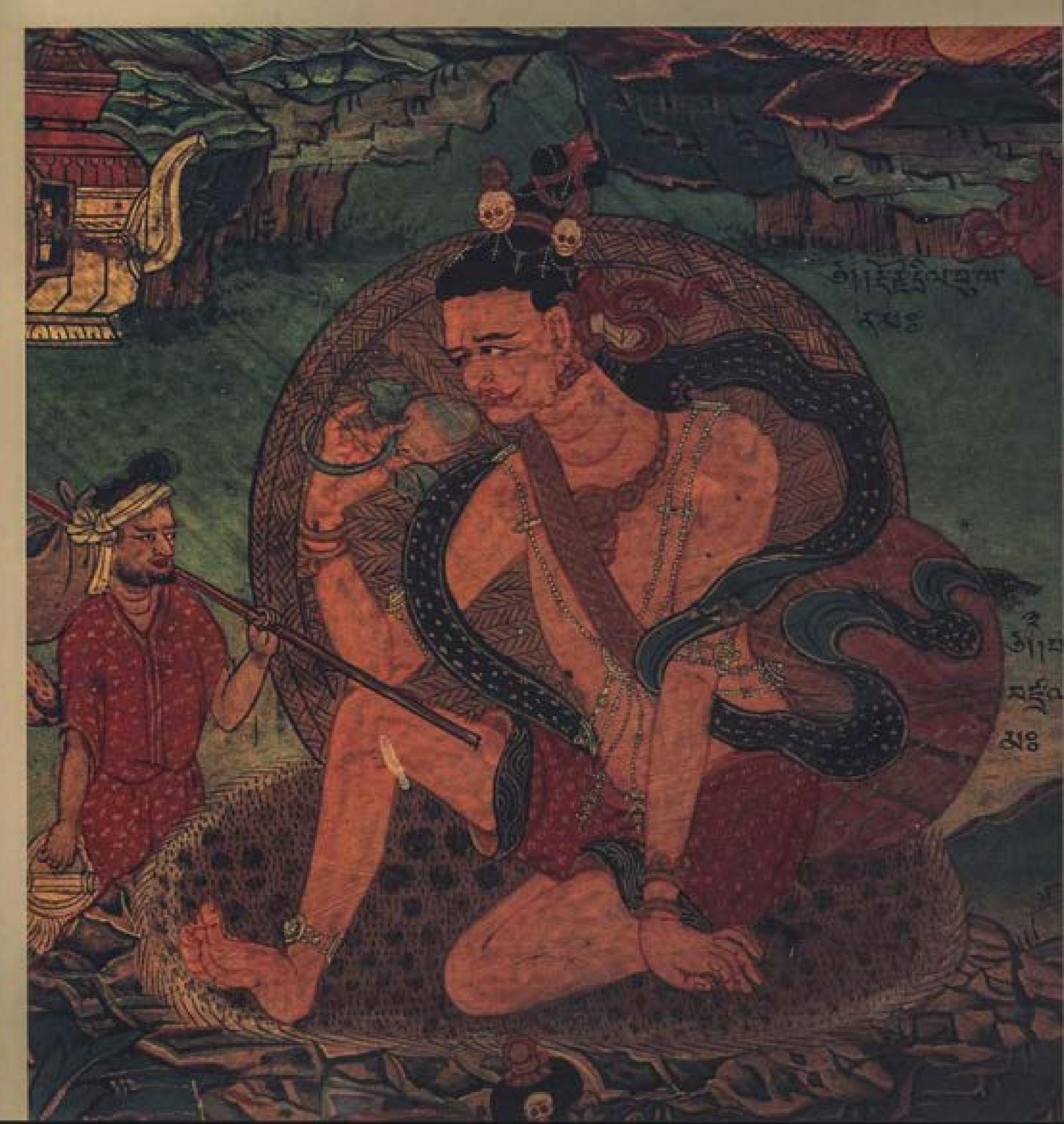



ལཱུ་ཧི་པ་ལ
ནམཿ ༢

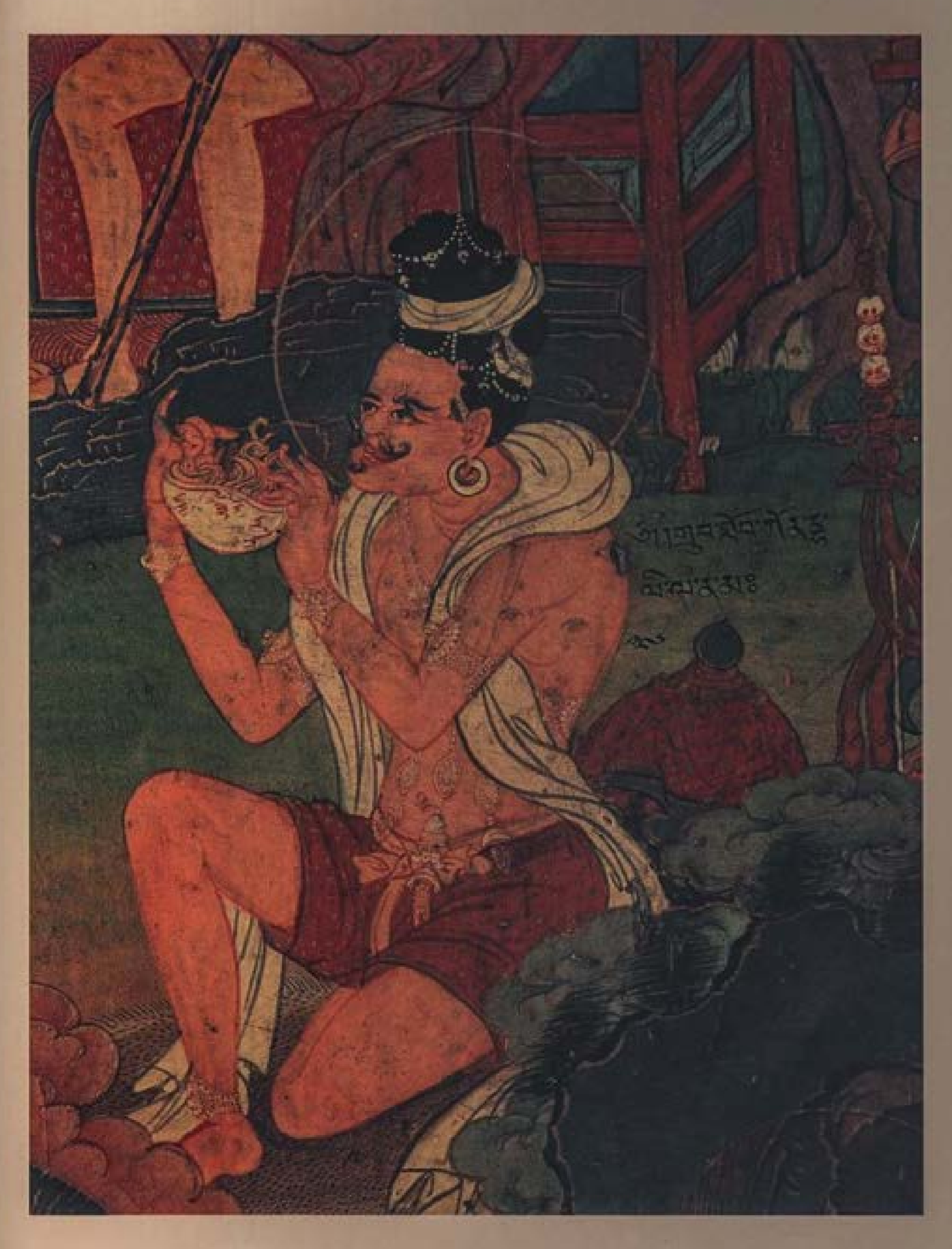
"El yogui experimenta el mundo como un mandala místico y a todos los seres vivos como deidades Tántricas; todo lo que uno come y bebe se transforma en ambrosía dichosa."

EL SEGUNDO DALAI LAMA
"Canción de la Experiencia Tántrica"

Muchos de los Siddhas Budistas adoptaron una conducta para romper los estereotipos convencionales de lo sagrado y lo profano. Luipa, "el devorador de tripas de pescado" (en la página anterior), transformó las preconcepciones sobre la conducta de los maestros espirituales al vivir de las entrañas de pescado. El Siddha Padmavajra (abajo) adoptó de manera similar un estilo de vida simple para relacionarse con las preocupaciones de los seres ordinarios. Como dijo Su Santidad: "Después de alcanzar un nivel muy alto de realización espiritual, puede haber una virtud genuina en practicar con una consorte, o incluso pescar o cazar animales... Sin embargo, a menos que un yogui tenga un control completo sobre los elementos internos y externos, y la capacidad de restaurar la vida así como de quitarla, estas prácticas claramente no son una actividad iluminada sino que, en cambio, pueden traer sufrimiento y confusión."







Mahasiddha Tsandalipa mira sin distracción al Estado Natural (pag. anterior) mientras Kundalilana lleva a sus labios una copa con forma de calavera rebosante de ambrosía espiritual (arriba). Como escribió el Primer Dalai Lama: “Que lluevan signos auspiciosos de los gloriosos maestros espirituales, sus cuerpos resplandecientes con las marcas de la perfección, su habla ricamente adornada con [una miríada de] cualidades, y sus mentes un tesoro de profundo conocimiento y vasta compasión.”

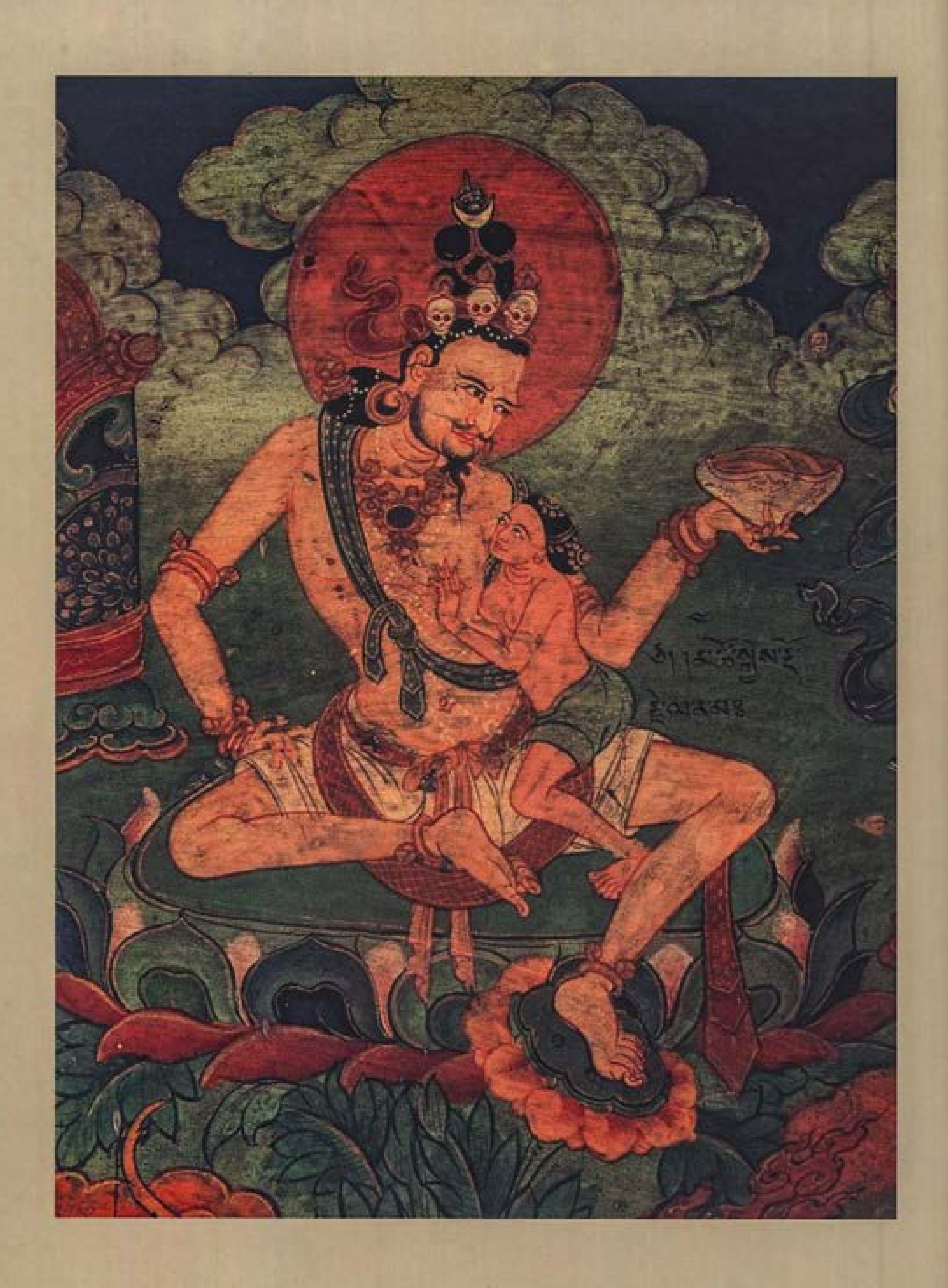


“Mediante los yogas profundos del camino secreto, como ofrecer sustancias ambrosiales a los dakas y dakinis que residen en los canales de energía más sutiles del cuerpo, cada acción de uno se convierte en práctica Tántrica... Habiendo separado tu mente totalmente de la oscuridad, el prejuicio y el aferramiento a la vida como algo mundano, ¿No moras en constante alegría?”

EL SÉPTIMO DALAI LAMA



Los Mahasiddhas Nagarjuna (en la página anterior) y Chandrabhadra (derecha) reciben ambrosía espiritual de las dakinis que habitan en los árboles. Estos elixires no solo son un símbolo de la conciencia iluminada, sino que también hacen referencia a preparaciones alquímicas utilizadas en conjunción con la práctica Tántrica. Otros dos Mahasiddhas (abajo) permanecen en un estado de éxtasis sin miedo. Sharipa, a la izquierda, está vestido como un monje ordenado, mientras que el Siddha a la derecha está engalanado con adornos de calaveras y huesos que celebran su trascendencia de todo apego a la esperanza y el miedo.



"El elixir que convierte todos los esfuerzos del cuerpo, la palabra y la mente en prácticas del gran camino es la mente Bodhi;
la actitud iluminada que beneficia tanto a uno mismo como a los demás."

EL SÉPTIMO DALAI LAMA

Arriba, el Mahasiddha Tsokidorje, el "Vajra Nacido del Loto," se muestra sentado con su consorte. Debajo, el Mahasiddha Dengipa aparece descascarando arroz. Dengipa, que en su día fue un poderoso ministro de la corte, fue vendido por su gurú y se convirtió en esclavo de una bella cortesana. Su humilde ocupación como trillador de granos lo liberó de sus prejuicios anteriores y de su egocentrismo. Como cantaba en una *doha*, o "canto de la realización": "Reúno los granos dispersos y los trillo con el mortero de los preceptos secretos del gurú... En la naturaleza vacía del mortero, convierto el dar y tomar en una sola esencia."







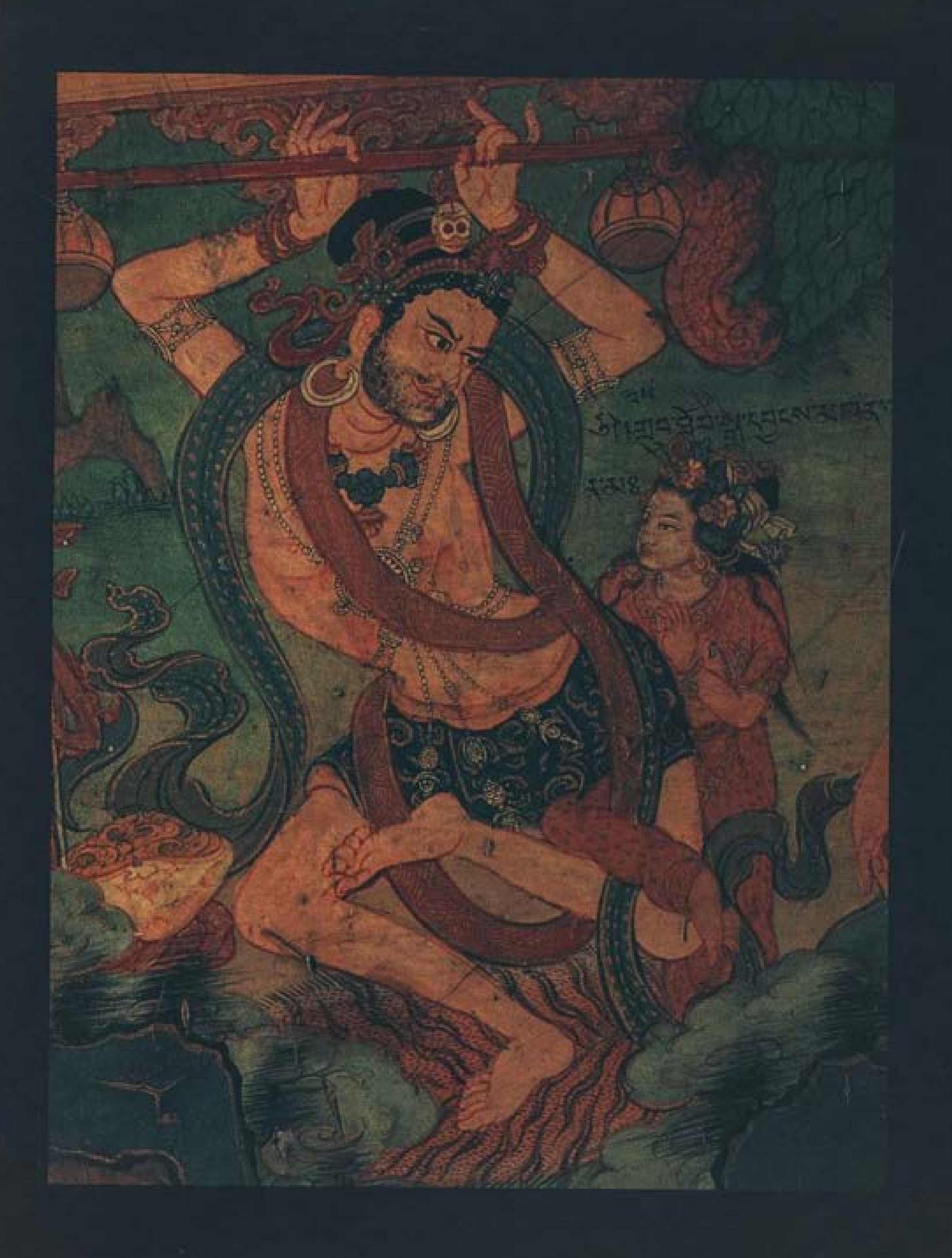


Arriba: El Mahasiddha Ghantapa, sosteniendo la campana de la vacuidad con su mano izquierda y el vajra de la compasión con la derecha, vuela por el cielo con su consorte dakini en un estado de libertad ilimitada. Las enseñanzas de Ghantapa apuntan a una pureza innata que va más allá de la moralidad convencional. “Acepta todo tal como surge,” afirmó. “Penetra en la esencia de toda experiencia y obtén el Único Sabor.”

En la página siguiente: El Mahasiddha Vinapa, “el Músico,” sostiene en alto el instrumento de cuerda que le trajo la realización: “Con devoción y perseverancia dominé los acordes errantes de la vina; pero luego, practicando el sonido no nacido, no tocado, yo, Vinapa, trascendí la dualidad del yo y el otro.”

“El que ha desechado la lujuria, el odio, el engaño, el orgullo y las falsas opiniones
es el que ha cruzado a la otra orilla...
Aquel para quien no existe ni esta ni la otra orilla, ni ambas,
quien, más allá de todo temor, es libre– A ese lo llamo [un verdadero maestro del camino].”

El Buda





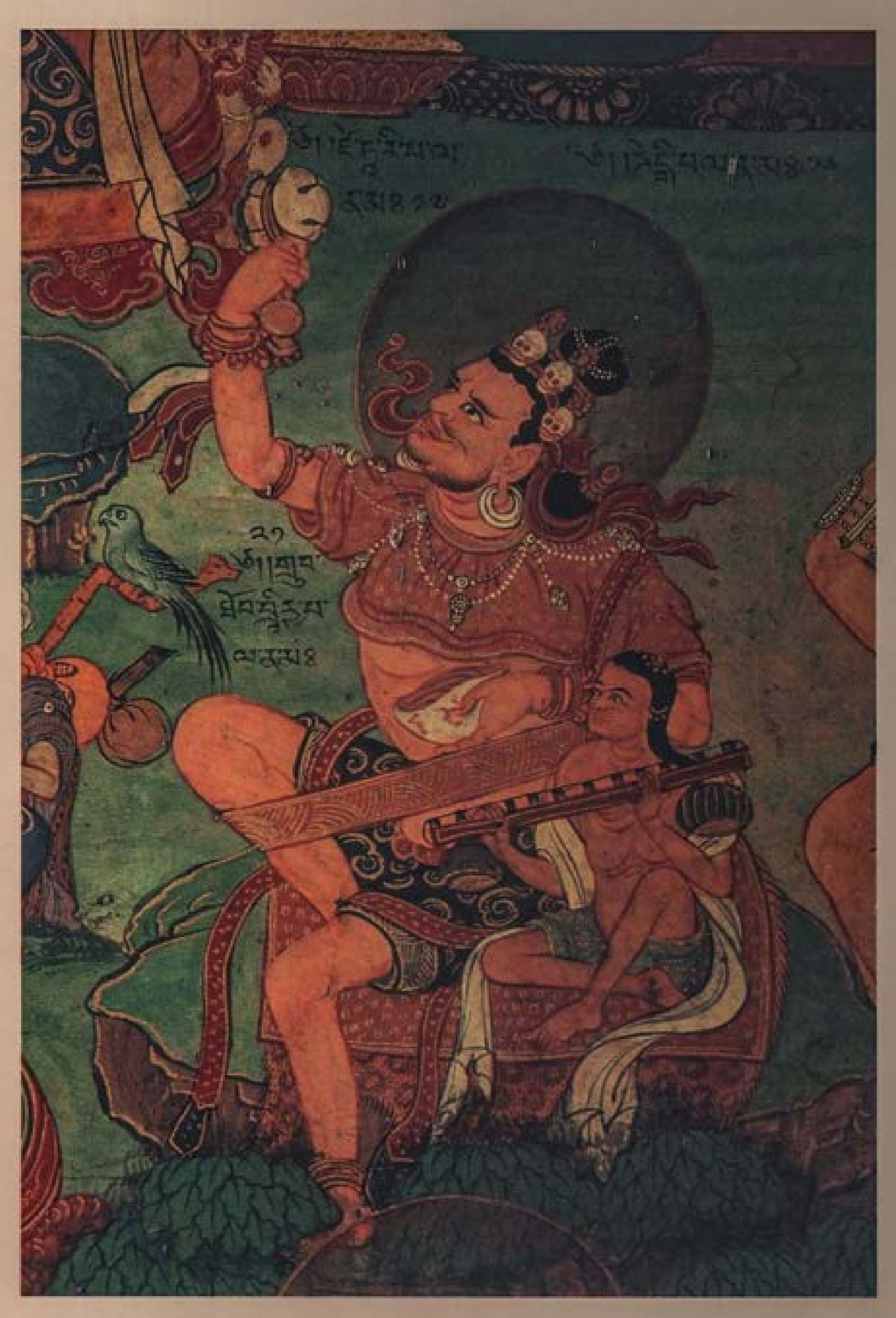

༄། །སྒྲུབ་སློབ



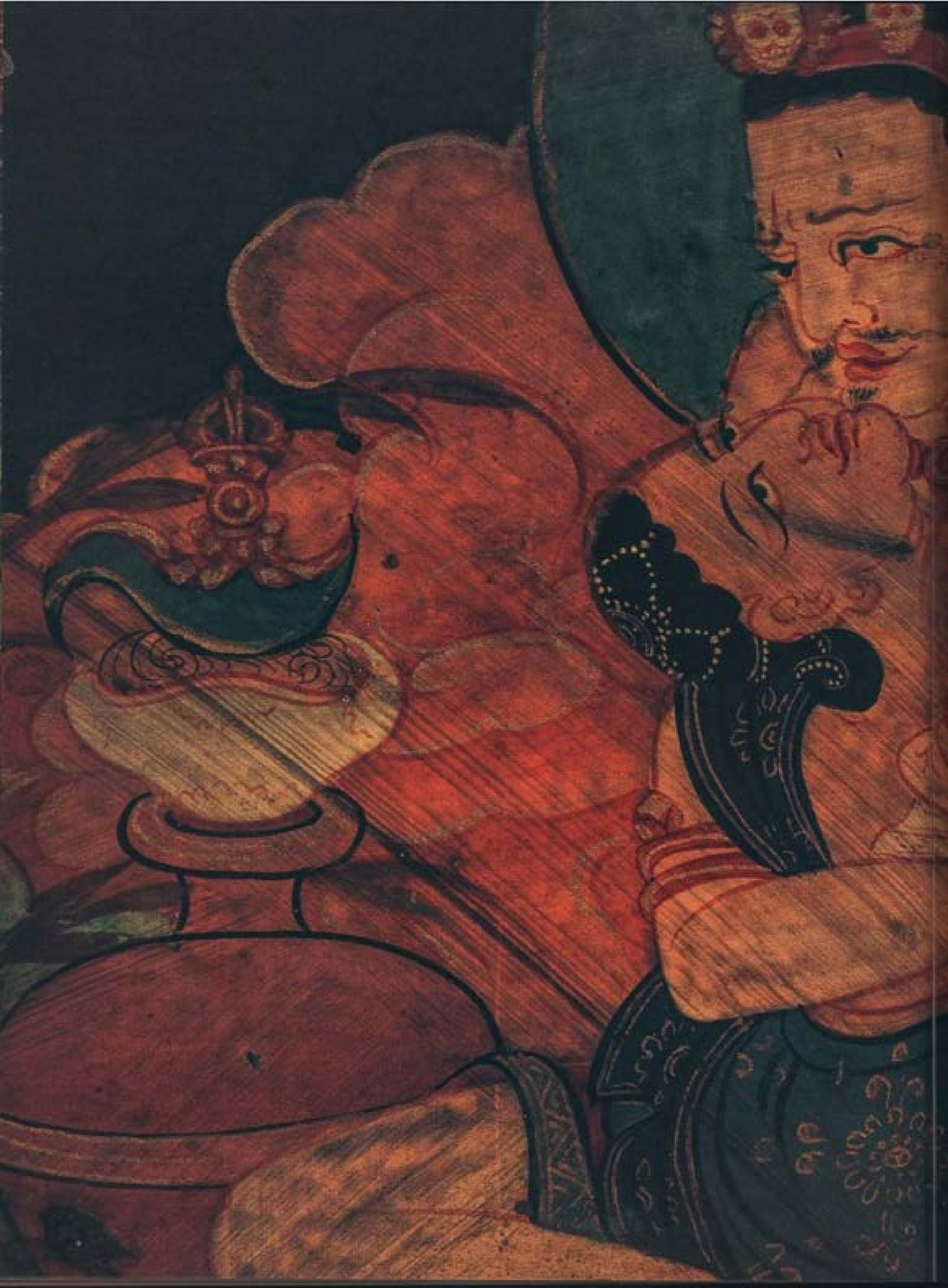
"La percepción mundana se separa de la conciencia y
todas las emanaciones se vuelven radiantemente puras...
Como una nube que se disuelve en el espacio,
el cuerpo ilusorio se funde con la Luz Clara
mientras el fuego de la sabiduría innata consume todo
apego a un yo."

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
"La Esencia de la Ambrosía Benéfica"

Páginas anteriores: Dos Mahasiddhas en estados de ánimo opuestos. Shingkhipa (encima) era un pastor de búfalos torpe que alcanzó la realización bajo la tutela de su gurú, el sabio alquimista Nagarjuna. Descansando sobre un bastón de meditación colocado sobre la nariz de un toro, su moño inclinado hacia adelante indica el significado de su nombre, el "Cuerno." Debajo, el Siddha Karnapa contempla la esencia vacía de la mente. Como escribió en su "canto de realización": "Todos los Budas pasados, presentes y futuros tienen una sola esencia. Deja ir los conceptos y relájate en... la naturaleza esencial de tu mente." Un rey Siddha vestido con gran ornamentación (arriba) recibe instrucción espiritual en una visión. El Mahasiddha Virupa (al lado) fue ordenado monje Budista, pero luego abandonó el monasterio para vivir como yogui errante.



En un canto espiritual, Mahasiddha Virupa escribió: “Sin perseguir pensamientos ni logros, permanezco en las cosas tal como son... la consumación de la conciencia perfecta y el deleite puro.”





“Esta mente tuya es vacuidad y luminosidad inseparablemente unidas.
Sin nacimiento ni muerte, es el Buda de la luz inmortal...
Cuando reconoces la naturaleza prístina de tu mente
como nada más que el Buda,
mirar dentro de tu propia mente es descansar en la mente del Buda.”

PADMASAMBHAVA
“Bardo Thödel”

Páginas anteriores: Las prácticas Tántricas de unión sexual transforman los elementos psicofísicos del cuerpo en compasión radiante. Como escribió el Séptimo Dalai Lama en “La Esencia de la Ambrosía Benéfica”: “Cuando la mente está fija en la dicha y el mudra del consorte, cae una lluvia de alegría innata. Como si uno abrazara la realidad misma, se derrite en la esfera de la unión extática.”

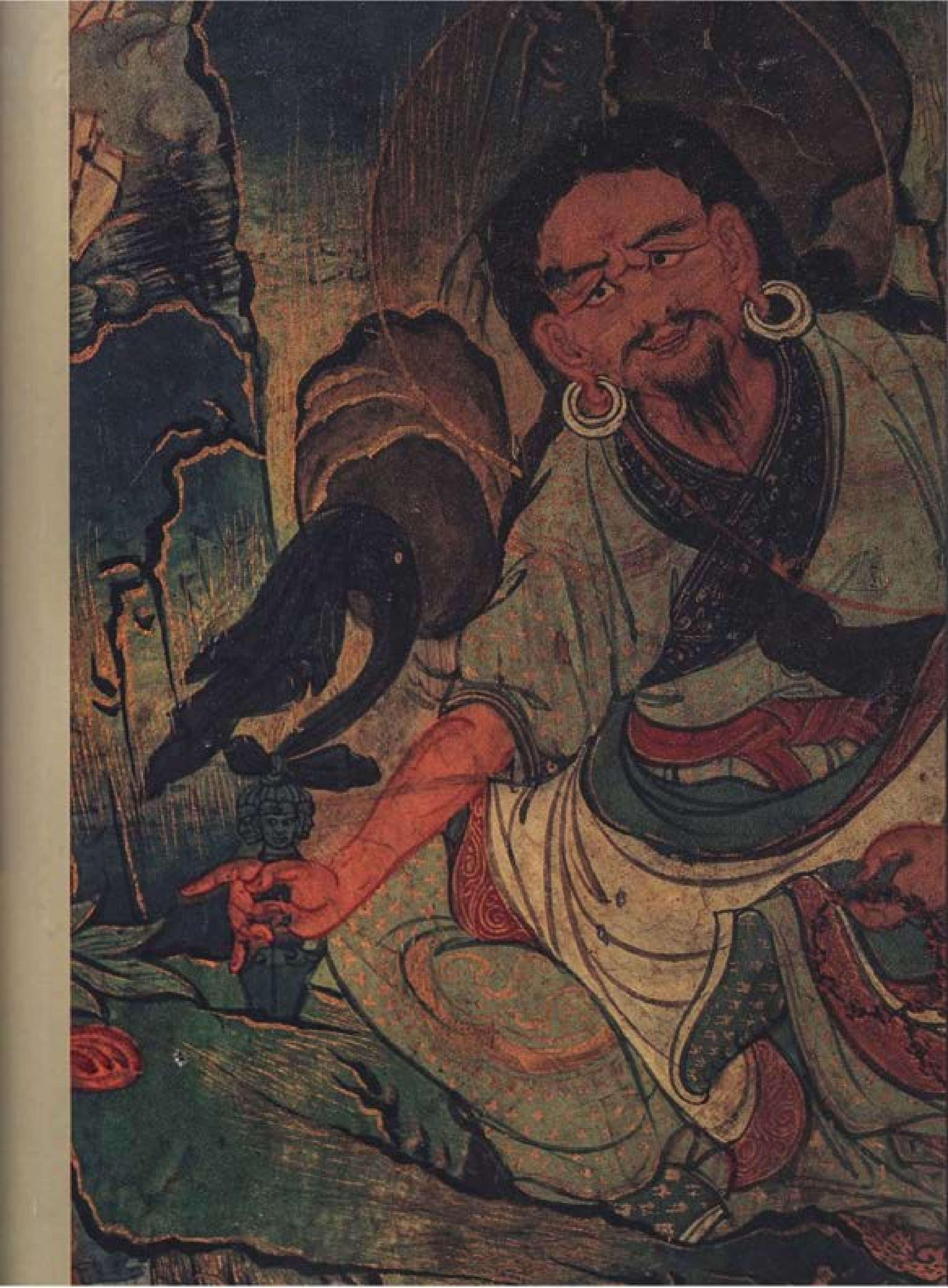




En la imagen anterior: Padmasambhava, el maestro “nacido del loto”, estableció el Budismo Tántrico en el Tíbet hace más de 1.200 años. Venerado como el Segundo Buda, se lo muestra a la izquierda flanqueado por varios de sus veinticinco discípulos Tibetanos, todos los cuales alcanzaron poderes milagrosos y propagaron los linajes Tántricos en la Tierra de las Nieves. A la izquierda está Namkhai Nyingpo volando sobre los rayos del sol. A la derecha están Nup Sangye Yeshe y Yeshe Tsogyal de Kharchen, la consorte principal de Padmasambhava. Por encima de Padmasambhava hay cuatro Siddhas Indios con escasa vestimenta. Arriba, continuando en el sentido de las agujas del reloj, están Yudra Nyingpo, Dorje Dudjom, Gyalwa Choyang, Namkhai Nyingpo y Drogmi Palgyi Yeshi.



Dos de los discípulos Tibetanos más destacados de Padmasambhava demuestran *siddhis*, o logros mágicos. Jnanakumara, el “Príncipe de la Gnosis,” fue un traductor reverenciado y uno de los primeros monjes ordenados del Tíbet. Recibió la transmisión del Elixir de Néctar de Padmasambhava y practicó en la cueva de cristal de Yarlung, donde extraía agua de una roca sólida. Un maestro de la hechicería benévola, Nup Sangye Yeshe (en la página opuesta) desarrolló el poder de clavar su *phurba*, o daga ritual, en una roca sólida, una señal de haber reconocido plenamente el *zangthal*, o la transparencia de todos los fenómenos. Como le instruyó Padmasambhava: “Todos los fenómenos del Samsara y el Nirvana son tu propia mente y no aparecen separados de esta mente. Están completamente vacíos de auto-naturaleza, más allá del pensamiento, la palabra y la descripción... No busques lo que es agradable ni rechaces lo que es aborrecible. No afirmes ni niegues y abandones las preferencias. Permanece vívidamente despierto en la naturalidad no fabricada... más allá de los confines del placer y el dolor.”





La esquina Sureste de la cámara secreta del Dalai Lama representa escenas de la historia religiosa de las tradiciones Nyingma y Dzogchen. En la parte superior, se muestra al gran *terton* del siglo XV, o revelador de tesoros, Pema Lingpa, sacando estatuas y textos sagrados del "Lago Ardiente" (*Membartso*) en el Este de Bután. Debajo de él, el venerado codificador de las enseñanzas Dzogchen, Longchen Rabjam (1308-1363), de quien Pema Lingpa fue una encarnación reconocida, aparece revelando textos sagrados del Monasterio de Samye. Las partes dañadas de esta sección también ilustran las actividades de Terdak Lingpa (1646-1714), uno de los principales maestros Dzogchen del Quinto Dalai Lama, así como Rigzin Tashi Tenzing, el padre del Sexto Dalai Lama que era descendiente directo del hermano menor de Pema Lingpa.



El Rey del Dharma Trisong Detsen (arriba) fue el más destacado de los veinticinco discípulos de Padmasambhava. El monarca Tibetano había invitado al “precioso maestro” al Tíbet para supervisar la construcción del primer monasterio del Tíbet. Al igual que el Lukhang, que se construyó más de 900 años después, el diseño de Samye se basó en la concepción del universo Budista en forma de mandala. En sus instrucciones esenciales al rey Tibetano, Padmasambhaya afirmó lo siguiente: “Escuche, Majestad... La diferencia entre los Budas y los seres ordinarios... no es otra cosa que la de comprender o no [la naturaleza de] la mente. La sustancia del estado despierto, de Buda, está presente dentro de ti, pero tu no la reconoces... Cuando la mente mira dentro de sí misma, no encuentra ningún lugar de donde surja, permanezca o vaya. No hay explicación de que “así es como es.” La “mente” no tiene exterior ni interior. No tiene a alguien que la mire; tampoco es el acto de mirar. Se experimenta como una gran vigilia original sin centro ni borde, una inmensa omnipresencia que es primordialmente vacía y libre. Esta vigilia original es intrínseca y auto-existente. Está presente dentro de ti desde el principio mismo.”



"La imagen de un águila real
planeando alto en el espacio:
Si la mente se deslizara sin aferrarse
en el espacio de la verdad misma,
clara y vacía, ¡Qué excelente!"

EL SÉPTIMO DALAI LAMA
"Vacuidad, Meditación y Acción"

“¿Quién puede rastrear el camino invisible
de aquellos que se elevan
en el cielo de la liberación,
el vacío infinito sin principio,
cuyas pasiones son paz,
y sobre quienes los placeres
no tienen poder?
Su camino es tan difícil de rastrear
como el de los pájaros en el aire.”

EL BUDA



Un traductor magistral de los Tantras Budistas, Drubchen Kyuchung Lotsawa (arriba) fue uno de los principales discípulos de Padmasambhava. Mil años después de su muerte, reencarnó en el siglo XVII como el revelador de tesoros Düdrul Dorje, quien abrió la Tierra Secreta de Pemakö en el Sudeste del Tíbet. La maestría de Kyuchung Lotsawa en los poderes yóguicos le permitió invocar pájaros del cielo y volar sin obstáculos en el espacio claro de la conciencia iluminada.



Epílogo y Agradecimientos

"En la búsqueda de la verdad última, si no logramos encontrarla,
somos nosotros quienes no la hemos encontrado. La verdad última existe.
Si contemplamos profundamente y reflexionamos con cuidado,
descubriremos que nunca hemos estado separados de la verdad última."

El Decimocuarto Dalai Lama

Agradecimientos del Autor

Su Santidad el Dalai Lama alentó este trabajo con la esperanza de que condujera a una profunda apreciación de la fuente de todo arte y espiritualidad verdaderos: Los confines más profundos de la mente misma. Como todo gran arte, los significados sutiles y el simbolismo arquetípico de los murales de Lukhang seguirán desvelándose a medida que se desarrolle la comprensión de las tradiciones que los inspiraron.

El principal mérito de este libro se debe al linaje de los Dalai Lamas que preservaron este registro visual de las prácticas Tántricas en las paredes de su cámara secreta de meditación, y al Dalai Lama actual por su audacia de visión al presentarles un mundo más amplio. También debo agradecer enormemente a los maestros vivos de las tradiciones Tántrica y Dzogchen que interpretaron las imágenes arcanas y revelaron la enorme espiritualidad que se esconde detrás de estas pinturas. Entre ellos, el más destacado es Chatral Senge Dorje Rinpoche, que con cautela me permitió continuar; a Khamtrul Rinpoche, Bhakha Tulku Rinpoche, Tulku Perna Wangyal Rinpoche, Tsokni Rinpoche, Lopon Tenzin Namdak y Namkhai Norbu Rinpoche por sus ideas sobre las fuentes visionarias y textuales de las pinturas; a Dugu Choegyal Rinpoche de Tashi Jong por su visión inspiradora de la relación entre la experiencia meditativa y la creación artística; a Ani Jinba del monasterio Shechen en Katmandú por su traducción de las inscripciones de los murales de Lukhang; a Erik Perna Kunsang y Matthieu Ricard por sus contribuciones al glosario; a la Asociación Shalu por sus esfuerzos críticos para conservar los murales de Lukhang; y un agradecimiento especial a Jakob Winkler por su investigación en curso sobre las fuentes literarias de los murales de Lukhang y a Hubert Decleer por su visión de los vínculos de Lukhang con la vida y las canciones del Sexto Dalai Lama.

Además de las fotografías de Thomas Laird, el mérito especial por la belleza de este libro corresponde a P. N. Dhumkhang, descendiente de los cuidadores ancestrales de Lukhang, por su caligrafía Tibetana, y especialmente a Chandra Lama, Buddha Lama y Laura Friedensohn por la creación de los extraordinarios dibujos lineales que enriquecen aún más esta obra. También queremos agradecer especialmente a la Academia de Todo es Posible por ayudar a iniciar este proyecto, y a Ekajati y otros guardianes inflexibles del linaje Dzogchen por garantizar que los misterios más profundos no se distorsionen ni se oculten. Como dijo Su Santidad: "El hecho de que no veamos algo no significa que no exista; simplemente significa que aún no lo hemos reconocido." Que estas pinturas inspiren a todos los seres en el camino hacia la omnisciencia. Ian Baker - ianbaker108@gmail.com

Agradecimientos del Fotógrafo

Fue un privilegio escuchar a Su Santidad el Dalai Lama hablar sobre el significado de los murales de Lukhang y observar sus ojos cuando vio las fotografías de ellos por primera vez. Tanta gente contribuyó generosamente a mi trabajo en este libro que es imposible agradecerles a todos como corresponde. Dentro de esa limitación, expreso mi profunda gratitud a Su Santidad el Dalai Lama, Timothy Laird, Ian Baker, Michael Victor, la Academia de Todo es Posible, la Asociación Shalu, Lois Wilson, Tommy Laird, Tenzin Geyche Tethong, Tsering Tashi, Lhakdor Jordhen, Tenzin Taklha, Tenzin Choegyal, Rinchen Khando, Gyalo Thondup, Neil Olson, Bonnie y Earl Fenner, Kashmir Cottage y Chonor House, Jeff Greenwald, el Sr. Rooney, Carlene y Brian Keller, los bibliotecarios de la Biblioteca de Obras y Archivos Tibetanos (especialmente Perna Yeshi), Frances, Torn Collette, Jonathan Rhys Meyers, Frank Ward, Peter Matthiessen, Lee, Perna X, Shrimp y Jack, Oliver Stone, Hamid, IQ Lab-BKK y A&I Lab-LA (revelado de películas), el Karmapa, Au Leshe, Thapkhey Lama, Tashi Chusang, Tengboche Rinpoche, Tulshey Rinpoche, Dhiravamsa, Nikon (cámaras, lentes y flash), Fuji Film (ISO 50 y 100), Adobe, Dell Computer Corporation, Chimera Softboxes, B&H-NYC y Scot Andrews de PJ Photographies (cables de sincronización personalizados). Y, como siempre, Jann Fenner.

Thomas Laird - laird 1OO@yahoo.com

Dibujos lineales de Credis

Dibujos lineales y dibujos con pincel de tinta cortesía de Clear Light Studio de Laura Friedensohn. Las imágenes de las páginas 39, 56, 58-59, 117, 121, 122-23, 172 y 213 se basan en fotografías de Thomas Laird.

Créditos fotográficos adicionales

Las fotografías de las páginas 1 4-5, 18m, 18b, 19al, 19ar, 19mr, 20b, 22-23, 48, 68, 71b, 75, 79b, 9la, 91b, 103a, 103b, 104, 1061, 106-07, 108-09, 130, l35al, 135ar [a arriba, b abajo, 1 izquierda, m medio, r derecha] son cortesía de Ian A. Baker.

Notas

1. Hugh Richardson, *Ceremonies of the Lhasa Year* (London: Serindia, 1993), pgs. 85-87
2. Eliot Deutsch, *Essays on the Nature of Art* (Albany: State University of New York Press, 1996), p. 91
3. Yeshe Tsogyal. *The Lotus-Born: The Life Story of Padmasambhava* (Boston and London: Shambala, 1993), p. 129
4. L. Austine Waddell, *Lhasa and its Mysteries* (New Delhi: Gaurav, 1978), p. 367
5. Ibid., pags. 342, 375
6. Dudjom Jikdrel Yeshe Dorje Rinpoche, *The Nyingma School of Tibetan Buddhism: Its Fundamental and Hystory* (Boston: Wisdom Publications, 1991), p. 682
7. Ibid., p. 823
8. Sampten Karmay, *Secret Visions of the Fifth Dalai Lama* (London: Serindia, 1988), p. 12
9. K. Dhondup, *The Waterhorse and Other·Years: A History of 17th and 18th Century Tibet* (Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1984), p. 40
10. Charles Bell, *The Religion of Tibet* (Delhi: Book Faith lndia, 1998), p. 115
11. Oral communication, Dr Franz-Karl Ehrhard, Kathmandu, Nepal
12. Thubten Jigme Norbu and Colin Turnbull, *Tibet: Its History, Religion and People* (New York and London: Penguin, 1969), p. 291
13. Charles Bell, *Portrait of a Dalai Lama* (Delhi: Book Faith India, 1998), p. 37
14. Shalu Association, "*Report on the Lukhang*", p. 2 [Quoted from "*The Guie to the Potala"* (rTse Potala'i gnas bshad, Lhasa: TAR Cultural Relics Committee, 1985), pgs. 214-16)
15. Glenn H. Mullin, *Path of the Bodhisattva Warrior: The Life and Teachings of the Thirteenth Dalai Lama* (Ithaca, NY: Snow Lion, 1988), p. 144
16. Anna Balkian, *André Breton: Magus of Surrealism* (Oxford and New York: Oxford University Press, 1971), p. 37 (Quoted in Beyer, p. 88, ver nota 19)
17. Thinley Norbu, *Magic Dance: The Display of the Self-Nature of the Five Wisdom Dakinis* (self published, all rights reserved, 1981), p. 135
18. Andre Breton, "Le Manifeste du Surrealisme", trans. in Patrick Waldberg, *Surrealism* (New York: McGraw-Hill, 1971), p. 66 (Quoted in Beyer, p. 86, ver nota 19)
19. Quoted in Stephan Beyer, *Magic and Ritual in Tibet: The Cult of Tara* (Delhi: Motital Banarsidass Publishers, 1996), p. 86
20. Ibid., p. 87
21. William James, *The Varieties of Religious Experience* [1902] (New York and London: Penguin, 1982), p. 388
22. Lama Mipham, "The Wheel of Analytic Meditation" [1891], retranslated and condensed from Tarthang Tulku, *Calm and Clear* (Berkeley: Dharma Publishing, 1973), pags. 43-53
23. Yeshe Tsogyal. op. cit., p. 60
24. Yeshe Tsogyal, *Advice from the Lotus-Born* (Hong Kong: Rangjung Yeshe Publications, 1994), p. 40
25. Glenn H. Mullin, *Selected Works of the Dalai Lama III: The Essence of Refined Gold* (Ithaca NY: Snow Lion, 1982), p. 163
26. Thinley Norbu, *White Sail* (Boston and London: Shambala, 1992), p. 114
27. Quoted in Glenn H. Mullin, *Selected Works of the Dalai Lama III,* op. cit., p. 174
28. Quoted in Glenn H. Mullin, *Selected Works of the Dalai Lama II: The Tantric Yogas of Sister Niguma.* (Ithaca, NY: Snow Lion, 1982), p.117
29. Hal Bridges, *American Mysticism: From William James to Zen* (New York: Harper and Row, 1970), p. 40
30. Walter T. Stace, *The Teachings of the Mystics* (New York: New American Library, 1960), p. 15
31. Dudjom Jikdrel Yeshe Dorje Rinpoche, op. cit., p. 19
32. Jaideva Singh, *Shiva Sutras: The Yoga of Supreme Identity* (Delhi: Motilal Banarsidass Publishers, 1990), p. xxxiv
33. Adapted from Keith Dowman and Erik Perna Kunsang's translations of Lama Shabkar's "The Flight of the Garuda"
34. Dudjom Jikdrel Yeshe Dorje Rinpoche, op. cit., p. 924
35. H.H. The XIV Dalai Lama, *Beyond Dogma: The Challenge of the Modem World* (Berkeley: North Atlantic Books, 1996), p. 218
36. Gyatrul Rinpoche and Allan Wallace, *Ancient Wisdom: Nyingma Teachings On Dream Yoga, Meditation, and Transformation* (Ithaca, NY: Snow Lion, 1993), p. 79
37. Thinley Norbu, op. cit., 1992, p. 72
38. Tsele Natsok Rangdrol, *Circle of the Sun,* (Kathmandu: Rangjung Yeshe, 1990), p.48
39. Longchen Rabjam, trans. Tulku Thondup. *The Practice of Dzogchen* (Ithaca, NY: Snow Lion, 1989), p. 399
40. Tsele Natsok Rangdrol. op. cit., p. 54
41. Ibid., p. 56
42. Ibid., p. 57
43. Ibid., p. 58
44. Ibid., p. 76
45. Lopon Tenzin Namdak, *Heart Drops of Dharmakaya: Dzogchen Practice of the Bon Tradition* (Ithaca, NY: Snow Lion, 1993), p. 77
46. Tulku Thondup Rinpoche, *Buddha Mind: An Anthology of Longchen Rahjam's Writings on Dzogpa Chenpo* (Ithaca, NY: Snow Lion, 1989), p. 76
47. Quoted in Beyer, op. cit., p. 89
48. Tulku Urgyen Rinpoche, Introduction to Tsele Natsok Rangdrol. op. cit., p. iv
49. Glenn H. Mullin, *Selected Works of the Dalai Lama III*, op. cit., p. 148
50. Adapted from Keith Dowman, *Masters of Mahamudra: Songs and Histories of the Eighty-Four Buddhist Siddhas* (Albany: State University of New York Press, 1985), p.100
51. Adapted from David Snellgrove *in Buddhist Texts through the Ages*, ed. Edward Conze (Boston and London: Shambala, 1990), p.227
52. Ibid., p. 232
53. Tsele Natsok Rangdrol, *Empowerment and the Path of Liberation* (Hong Kong: Rangjung Yeshe Publications, 1993), p. 42
54. Adapted from various unpublished and published sources; primarily Chogyam Trungpa, *The Myth of Freedom and the Way of Meditation* (Berkeley and London: Shambala, 1976), p. 163
55. Glenn H. Mullin, *Selected Works of the Dalai Lama II*, op. cit., p. 123
56. Nalanda Translation Committee, *The Rain of Wisdom: The Essence of the Ocean of True Meaning* (Boston and London: Shambala, 1989), p. 158
57. Chogyam Trungpa, *Crazy Wisdom* (Boston and London: Shambala, 1991), p. 173
58. Ibid., p. 179

Glosario

Emociones aflictivas (*nyon mongs kyi sgrib pa; sct.: klesavarana*). Emociones y estados mentales perturbadores que oscurecen la naturaleza de la realidad y alimentan los procesos de renacimiento en la existencia cíclica o Samsara. Estos estados mentales obstructivos se conocen generalmente como los cinco venenos del deseo, la ira, el engaño, el orgullo y la envidia.

Anuyoga (*rju dsu rnal 'byor*). El segundo de los tres Tantras Internos: Maha, Anu y Ati. Anuyoga enfatiza la etapa de finalización en lugar de la etapa de desarrollo del yoga Tántrico y considera que el mandala está contenido dentro del cuerpo sutil.

Apariencia (*snang ba*). Una impresión sensorial o un suceso mental; cualquier cosa que se experimenta con una mente consciente. En la filosofía Budista, las apariencias se consideran eventos mentales, vacíos de existencia inherente y más allá de construcciones como el surgimiento, la permanencia y el cese.

Atiyoga (*shin tu rnal 'byor*). El tercero de los tres Tantras Internos, el Atiyoga, enfatiza la percepción directa de la naturaleza primordialmente iluminada de todos los fenómenos. También conocido como Dzogchen o la Gran Perfección.

Avalokiteshvara (*spyan ras gzigs*). "El que mira hacia abajo desde lo alto." El Bodhisattva de la Gran Compasión y deidad patrona del Tíbet, de quien se considera que los Dalai Lamas son encarnaciones.

Conciencia (*rig pa; sct.: vidya*). En el contexto de Dzogcben o Mahamudra, "conciencia" significa conciencia desprovista de ignorancia y fijación dualista.

Bardo (*bardo*). "Estado intermedio"; comúnmente se refiere al estado de conciencia y al lapso de tiempo entre la muerte y el siguiente renacimiento, pero también puede indicar otras fases de transición como la meditación, el sueño, la muerte o incluso el "espacio" entre dos pensamientos.

Bindu (*thig le*). 1) Las esencias roja y blanca dentro del cuerpo. 2) Esferas o círculos de luz. Véase también *tigle*.

bendiciones (*byin rlabs; sct.: adhisthana*). "Ola de esplendor," que transmite la gracia y la receptividad elevada que descienden sobre el practicante devoto desde los gurús del linaje, despertando un sentido de mayor realidad.

dicha (*bde ba; sct.: sukhha*). Dicha, claridad y no pensamiento (bde gsal mi rtog pa). Tres experiencias de meditación temporales. La fijación en ellas planta las semillas para el renacimiento en los tres reinos del **Samsara**. Sin fijación, son adornos de los Tres Kayas.

Bodhichitta (*byang sems*, *byang chub kyi sems*). "Mente Bodhi"; "Estado de la mente despierta," la aspiración a alcanzar la iluminación por el bien de todos los seres. En el contexto del Dzogchen, la vigilia innata de la mente, sinónimo de Rigpa, o conciencia prístina. La Bodhichitta Absoluta, según Gampopa, es la vacuidad inseparable de la compasión: radiante, inquebrantable e imposible de formular mediante conceptos. En el Tantra, la Bodhichitta también se refiere a las esencias sutiles roja y blanca (*bindu*) normalmente ubicadas en el cuerpo a la altura del ombligo y el chakra de la corona, y que convergen en el corazón durante el proceso de la muerte y en la meditación profunda.

Bodhisattva (*byang chub sems dpa'*). Alguien que ha desarrollado la Bodhichitta, la aspiración de alcanzar la iluminación para beneficiar a todos los seres sintientes. Un ser que ha comprendido la naturaleza vacía de los fenómenos y la no existencia del yo individual y que está libre de las klesas o emociones ordinarias.

Budeidad (*sangs rgyes*). La iluminación perfecta y completa, en la que uno no mora ni en el Samsara ni en el Nirvana; el estado de haber erradicado todas las obstrucciones y estar dotado de la sabiduría omnisciente de ver la naturaleza de las cosas como realmente son.

Naturaleza de Buda (*bde gshegs snying po*; *Sánscrito: tathagatagarbha*). Potencial de iluminación o naturaleza iluminada que está presente de manera inherente en cada ser sintiente.

Canal central (*kun 'dar ma, dbu ma; Sánscrito: avadhuti*). Canal principal de energía sutil que va desde la base de la columna hasta la coronilla. Cuando la energía psíquica o viento (*rlung*; *Sánscrito*: *prana*) circula por el canal central, el yogui reconoce la naturaleza fundamental de la mente, la Luz Clara. Véase también *nadi*, *prana* y *bindu*.

Chakra (*'khor*; *Sánscrito*: *chakra*). "Rueda" o unión de canales de energía sutil dentro del cuerpo. Los cuatro chakras principales están ubicados en la coronilla, en la garganta, en el corazón y en el ombligo.

Canales (*rtsa*). Los canales, vientos y esencias (*rtsa rlung thig le*) son los componentes del cuerpo sutil. Las fuerzas vitales del cuerpo (*thig le*) circulan a través de tres canales principales de energía que, en el estado de ilusión, están relacionados con los tres venenos: apego, odio e ignorancia; en el estado de sabiduría están relacionados con los Tres Kayas.

Luz Clara (*'od gsal; sct.: prabhasvara*). La naturaleza esencial de la mente que es indefinible, pero que se caracteriza por ser de la naturaleza del vacío y la luminosidad. Aparece cuando las energías vitales del cuerpo han sido llevadas al canal central. La naturaleza fundamental de la mente, la Luz Clara, es la base sutil para todas las demás actividades mentales.



compasión (*snying rje, thugs rje; sct.: karuna*). Un principio clave del Budismo Mahayana, que describe la motivación y la acción de un Bodhisattva. En el contexto del Dzogchen, uno de los tres aspectos: Esencia, naturaleza y compasión. La compasión aquí tiene un significado mucho más profundo que la bondad desinteresada y el deseo de aliviar el sufrimiento de los demás. Es la expresión natural de la indivisibilidad de la vacuidad y la luminosidad.

conciencia. En un contexto Budista, la conciencia se refiere a la "conciencia luminosa (*gsal ba*) (*rig pa*)" que, libre de cualquier contenido intrínseco, conoce o aprehende los objetos que se le aparecen.

existencia cíclica (*Sct: Samsara*). El ciclo de muerte y renacimiento caracterizado por el sufrimiento y la insatisfacción que surgen de la ignorancia de la verdadera naturaleza de la realidad.

dakini (*mkha' 'gro ma*). "Aquella que va en el cielo." Seres espirituales que realizan todas las actividades iluminadas; deidades Tántricas femeninas que protegen y sirven a la doctrina Budista y a los practicantes. También se refiere a las practicantes iluminadas femeninas del Tantrayana. Las dakinis son astutas y juguetonas, y representan el espacio básico de la fertilidad del que surge el juego del Samsara y el Nirvana. Inspiran la unión de los medios hábiles y la conciencia penetrante y representan los impulsos inspiradores de la conciencia que conducen a la comprensión y la sabiduría.

Dalai Lama. Título que significa "océano de sabiduría" dado a una línea de encarnaciones que comienza con el maestro Tibetano dGe 'dun grub en el siglo XIV. Los Dalai Lamas son considerados encarnaciones terrenales de Avalokiteshvara, el Bodhisattva de la Gran Compasión.

ilusión (*Sct: klesha*). Las tres ilusiones principales son la ignorancia, la aversión y el apego. La destrucción de estas y sus instintos otorga el Nirvana.

Dharmadhatu (*chos* (*kyi*) *dbyings*). La "extensión del dharma," "el reino de la realidad última"; la inseparabilidad de la vacuidad y el origen dependiente. La naturaleza de la mente y los fenómenos que se encuentra más allá del surgimiento, la permanencia y la cesación.

Dharmakaya (*chos sku*). "El reino de la Verdad"; el aspecto mental o no manifiesto de los Tres Kayas, desprovisto de constructos. El "cuerpo" de las cualidades iluminadas.

Dharmata (*chos nyid*). La naturaleza innata última de los fenómenos y la mente; la esencia completamente pura de la realidad.

Visión dualista (*gnyis 'dzin*). Experiencia estructurada como "perceptor" y "objeto percibido."

Dzogchen (*rdzogs pa chen po, rdzogs chen*; *sct: mahasandhi, maha ati*). También conocido como la Gran Perfección o Atiyoga. El más alto de los Tantras Internos de la Escuela Nyingma, enseñado por primera vez en el mundo humano por el gran Vidyadhara Garab Dorje. Más allá de los vehículos de la causalidad, el Dzogchen es el último de los 84.000 profundos y extensos apartados del Dharma en los que un yogui o yogini cultiva el reconocimiento directo e inalterado del Dharmakaya en dependencia de la introducción directa a la naturaleza de la mente recibida por un maestro realizado del linaje.

Óctuple Sendero. Prácticas virtuosas que conducen a la aniquilación de la ignorancia y el anhelo. La Noble Verdad del Buda sobre el Camino hacia la Terminación del Sufrimiento, a saber: Visión Correcta, Resolución Correcta, Habla Correcta, Conducta Correcta, Modo de Vida Correcto, Esfuerzo Correcto, Conciencia Correcta, Meditación Correcta.

vacuidad (*stong pa nyid; sct. sunyata*). El hecho de que los fenómenos y el ego están vacíos de, o carecen de, cualquier esencia o existencia intrínseca e inmutable. Aunque las cosas están vacías en *última instancia*, se dice que existen convencionalmente en dependencia de causas y condiciones. Véase Sunyata.

iluminación (*byang chaub; sct. Bodhi*). Despertar a la Budeidad desde el sueño de la ignorancia; conocimiento perfecto.

Cinco Budas. Las cinco familias de Budas (*rigs lnga*) de Buda, vajra, ratna, pad ma y karma corresponden en última instancia con los aspectos purificados de los cinco agregados psicofísicos de la conciencia, el reconocimiento, la sensación, la formación mental y la forma. Las cinco consortes de Buda son la forma pura de los cinco elementos: tierra: Mamaki, consorte de Ratnasambhava; agua: Buda Locana, consorte de Akshobhya; fuego: Pandara Vasini, consorte de Amitabha; aire: Samaya Tara, consorte de Amoghasiddhi; espacio: Akasha Datishvari, consorte de Vairochana.

Cuatro visiones. Signos de creciente experiencia en la práctica Dzogchen de Tögal.

Fruto (*bras bu Sct: phala*). El final del camino; el estado de Budeidad completa y perfecta. También puede referirse a uno de los tres niveles de iluminación: de un Shravaka, Pratyekabuddha o Bodhisattva.

Garuda. Pájaro mítico que caza Nagas y del que se dice que puede viajar de un extremo del universo al otro con un solo movimiento de sus alas.

Gelug (*dge lugs*). Escuela Tibetana de Budismo fundada por Je Tsongkhapa como una reforma de la tradición Kadam de Atisha Dipamkara. El líder actual es S.S. el decimocuarto Dalai Lama.

Ghandarva (*dri za*). Clase de espíritus celestiales, conocidos por sus habilidades musicales; a menudo se dice que habitan en el borde de la montaña cósmica, Sumeru.

Gran Felicidad (*bde ba chen po; sct: mahasukha*). La cualidad no compuesta de la inmutabilidad. Gran Gozo de la puerta inferior (*'og sgo bde chen*) se refiere a la unión con el cuerpo de otro (*gzhan lus snyoms 'jug*).

Gran Perfección (*rdzogs chen*). Igual que "Dzogchen." El más alto de los tres Tantras Internos de la Escuela Nyingma. Se refiere a la pureza primordial de todos los fenómenos y a la presencia espontánea de las cualidades del Buda en todos los seres. Se le llama "Gran Perfección" porque todos los fenómenos están incluidos en esta perfección primordial.

Centro del corazón. Según el contexto, se refiere al chakra del corazón o al centro del chakra del corazón donde se dice que residen los vientos más sutiles del cuerpo (*rlung*) y las energías vitales como una "esfera luminosa de cinco colores."

Heruka (*he ru ka, khrag 'thung*). Una manifestación colérica de la energía Tántrica; activación de las cualidades positivas de la mente; el principio masculino de la energía y los medios hábiles que hacen que las situaciones sean poderosas y creativas. La palabra Tibetana significa "bebedor de sangre," aquel que bebe la sangre del apego al ego, la duda y la confusión dualista.

Tantra Hevajra (*kye rdo rje'i rgyud*). Un Tantra basado en el Heruka semi-colérico, Hevajra. "Él" es una exclamación de alegría. Hevajra transforma los placeres sensoriales y la forma en alegría al comprender la identidad de la forma y la vacuidad. Hevajra se representa en formas de cuatro, seis y doce brazos, bailando en unión con su consorte, Nairatmya.

Tantra del yoga supremo (*bla na med pa 'irnyal 'byor; sct: anuttarayoga-tantra*). El sistema más elevado de teoría y práctica Tántrica según la tradición Gelug y otras tradiciones posteriores del Budismo Tibetano. Incluye técnicas avanzadas para controlar y manipular las energías vitales del cuerpo, haciendo posible la iluminación en una sola vida.

Hinayana (*theg pa dman pa*). Los vehículos se centraban en la contemplación de las cuatro nobles verdades y los doce vínculos de origen dependiente, cuya práctica trae la liberación de la existencia cíclica. Cuando se utiliza en sentido despectivo, el Hinayana se refiere a la búsqueda estrecha de un camino espiritual simplemente por el bien de la liberación Individual en lugar de por la iluminación de todos los seres sensibles.

ignorancia (*ma rig pa; sct.: avidya*). La raíz de la existencia cíclica, no saber la forma en que las cosas existen realmente.

kadak (*ka dag*). Pureza primordial o primordial; puro desde el principio.

Kaya (*sku*). "Cuerpo" en el sentido de la encarnación de varios aspectos de la Budeidad. Los Dos Kayas se refieren a Dharmakaya, el cuerpo absoluto, y Rupakaya, el cuerpo de forma. Tres Kayas: El Dharmakaya, o cuerpo absoluto, el Sambhogakaya, o cuerpo visionario del disfrute divino, y el Nirmanakaya, o cuerpo manifestado. Estos corresponden a la mente, la energía y el cuerpo de un Buda iluminado, y se expresan como las cinco sabidurías.

Kurukulla (*ku ru kul le*). Deidad femenina considerada una forma de Tara, cuya función particular es la magnetización; deidad tutelar del quinto Dalai Lama.

kyangma (*rkyang-ma; sct: lalana*). Uno de los tres nadis principales que corren paralelos a la columna vertebral. El *kyangma* recorre el lado izquierdo del cuerpo y se asocia principalmente con la circulación de las esencias seminales "lunares" o masculinas del cuerpo.

liberación (*thar pa*). Libertad de todos los patrones kármicos compulsivos, oscurecimientos mentales, engaño y descontento. Emancipación de la existencia samsárica.

luminosidad (*'od gsal*). Literalmente "libre de la oscuridad de lo desconocido y dotado de la capacidad de conocer." Los dos aspectos son "luminosidad vacía," como un cielo abierto y despejado que es la cualidad cognoscitiva de la naturaleza de la mente; y "luminosidad manifiesta," como luces de cinco colores, imágenes, etc. La luminosidad es la naturaleza no compuesta presente en todo el Samsara y el Nirvana.

Mahasiddha (*grub chen*). "Gran perfeccionado"; practicante Tántrico realizado.

Mahayana. El Gran Vehículo de quienes buscan la iluminación para el beneficio de todos los seres.

Mahayoga (*mal 'byor chen po*). El primero de los "Tres Tantras Internos" enfatiza *upaya*, la etapa de desarrollo, y la visión de que la liberación se alcanza a través de la percepción de la naturaleza pura de los agregados, elementos y factores sensoriales como los Budas y Bodhisatvas masculinos y femeninos. Al mismo tiempo, todo lo que aparece es reconocido como indivisible de la vasta vacuidad ilimitada.

mandala (*dkyil 'khor*). Literalmente, "círculo concéntrico"; un mandala es una representación simbólica y gráfica del reino de existencia de una deidad Tántrica y, más generalmente, un símbolo de armonía innata y ser perfeccionado. La palabra Tibetana *dkyil 'khor* significa "centro y periferia." Es la unificación de muchos elementos vastos en uno, a través de la experiencia de la meditación. La aparente complejidad y el caos se simplifican en un patrón y una jerarquía natural. El mundo exterior, el propio cuerpo y estado mental, y la totalidad pueden verse todos como mandala. La forma construida de un mandala tiene como estructura básica un palacio con un centro y cuatro puertas en las direcciones cardinales.

mantra (*sngags*). Sílabas místicas, generalmente Sánscritas, recitadas junto con la visualización de una deidad Tántrica en particular; un medio para transformar la energía a través del sonido.

Monte Meru (*ri rab*) o "Sumeru." El eje del mundo mítico; la montaña en el centro de este sistema mundial, rodeada por cadenas de montañas menores, lagos, continentes y océanos.

nadi (*rtsa*). Los canales de energía vital en el cuerpo sutil. En el Tantra del Yoga Supremo, el practicante medita sobre los *nadis, prana y bindu* (*rtsa, rlung, thig-le*) para realizar la mente fundamental de la Luz Clara. En este contexto, el *prana* se compara con un caballo, la conciencia mental con el jinete y los *nadis* con los senderos.

Naga (*klu*). Seres poderosos y longevos parecidos a serpientes que habitan en cuerpos de agua y a menudo guardan grandes tesoros. Los Nagas pertenecen la mitad al reino animal y la otra mitad al reino de los dioses. Ellos generalmente viven en forma de serpientes, pero muchos pueden cambiar a forma humana y a menudo se los representa como humanos de cintura para arriba con una cola de serpiente debajo. Se supone que controlan el clima, especialmente la lluvia.

néctar (*bdud rtsi*). Literalmente, "inmortal": "néctar de inmortalidad," ambrosía (que otorga inmortalidad u otros poderes). Licor bendito, utilizado en las prácticas de meditación Vajrayana. De manera más general, intoxicación espiritual.

Nirmanakaya (*sprul* (*pa'i*) *sku*). Cuerpo de emanación de un Buda, "forma de aparición mágica." El tercero de los Tres Kayas. El aspecto de la iluminación que puede ser percibido por los seres ordinarios.

Nirvana (*mya ngan* (*las*) *'das* (*pa*). La cesación de todo lo samsárico como la ignorancia y el sufrimiento, la liberación de un Arhat o un Buda. Libertad de las compulsiones, incluida la tendencia innata de la mente a aferrarse a la existencia inherente. En última instancia, se refiere a una liberación radical del sufrimiento y sus causas subyacentes. La liberación de todos los estados mentales negativos, emociones aflictivas e ignorancia de la verdadera naturaleza de la realidad.

Nyingma (*rnying ma*). "Los Antiguos"; una de las cuatro escuelas principales del Budismo Tibetano. Los Nyingma se adhieren a la forma original ("antigua") del Budismo Tántrico traído al Tíbet en el siglo VIII por Padmasambhava y otros. Las enseñanzas especiales de los Nyingma se conocen como Dzogchen, o la Gran Perfección.

powa (*'pho ba*). Expulsión de la conciencia a un campo búdico en el momento de la muerte.

prana (*rlung; sct: prana*). Los "vientos" o corrientes de energía que impregnan el organismo psicofísico. En el Tantra, el dominio de esta energía vital puede transformar la mente en su nivel más sutil. Véase *nadi* y *bindu*.

conciencia primordial. Véase Rigpa.

Cuerpo Arcoiris (*'ja'lus*). La transformación de la sustancia corporal en luz multicolor. En el momento de la muerte de un practicante que ha alcanzado el agotamiento de todo apego

y fijación mediante la práctica Dzogchen de Tögal, los cinco elementos brutos que forman el cuerpo físico se disuelven de nuevo en sus esencias, la luz de cinco colores. A veces sólo quedan el cabello y las uñas.

Renunciación (*nges 'byung*). Actitud de completo desapego de las experiencias del Samsara.

Rigpa (*rig pa*). Estado de conciencia libre de ignorancia y fijación dualista.

Rishi (*drang srong; sct.: rsi*). Sabio védico, asceta brahmánico con poderes mágicos. En Sánscrito significa alguien que es un vidente, y se considera que los Rishis son las fuentes de todo conocimiento, como los Vedas, que recibieron por revelación divina. El Tibetano significa "el que está erguido," pero sigue refiriéndose a un ser humano de logros espirituales excepcionales.

roma (*Sct: rasana*). El nadi principal del lado derecho del cuerpo a través del cual circulan las esencias femeninas "solares" o rojas.

Samantahbadra (*Kun tu bzang po*). Literalmente, el "Todo Bueno," "Siempre Excelente"; el Buda omnipresente e iluminado primordialmente, de color azul y desnudo, a menudo representado en consorte con Samantabhadri, que es de color blanco. Este principio de Buda, que significa la pureza y omnisciencia primordiales de la mente, es la fuente última de todos los Tantras del Vajrayana.

Sambhogakaya (*longs (spyod rdzogs pa'i) sku, longs spyod*). "Cuerpo de Gozo." Un aspecto o "encarnación" del Buda que se manifiesta a los Bodhisatvas que han alcanzado una determinada etapa de realización espiritual.

Samsara (*srid pa'i*) *'khor ba; sct: samsara*). "Existencia cíclica," "círculo vicioso" o "ronda" de nacimiento, muerte y renacimiento dentro de los seis reinos de la existencia, caracterizado por el sufrimiento, la impermanencia y la ignorancia. El estado de los seres sintientes ordinarios encadenados por la ignorancia y la percepción dualista, el karma y las emociones perturbadoras. El estado no iluminado, caracterizado por una sensación de incompletitud y frustración recurrente.

Shravaka (*nyan thos*). "Oyente" u "escuchador." Practicante hinayana de las Cuatro Nobles Verdades del Buda que comprende el sufrimiento inherente al Samsara y se centra en comprender que no existe un yo independiente.

Siddha (*grub thob*). "El que ha alcanzado la plenitud." Término para los maestros iluminados en la tradición Tántrica. Siddha tiene la connotación de alguien que, además de estar realizado en el nivel absoluto, tiene dominio sobre el mundo fenoménico; maestro Tántrico que alcanza la realización directa fuera del curso convencional de estudio.

siddhi (*dngos grub*). Literalmente, "éxito, logro completo"; hay ocho *siddhis* "comunes" que se desarrollan con la práctica del yoga. Entre ellos están la clarividencia, la clariaudiencia, la capacidad de volar por el aire, la capacidad de leer los pensamientos y el control del cuerpo y del mundo externo, lo que permite transformar ambos a voluntad. El siddhi supremo es la iluminación.

Seis yogas (*chos drug*). Seis prácticas yóguicas asociadas con el Mahasiddha Naropa, que consisten en *tummo*, cuerpo ilusorio, sueño, luminosidad, Bardo y *powa*.

cuerpo sutil. La red de nervios sutiles y canales de energía descrita en el Tantra del Yoga Supremo que sirve como base para realizar la mente fundamental de Luz Clara.

Sunyata (*stong pa nyid*). "Vacuidad"; una doctrina enfatizada en el Mahayana, que subraya que todos los marcos conceptuales están vacíos de cualquier "realidad" permanente. En el Tantra, Sunyata se equipara con el principio femenino –no nacido, incesante, como el espacio.

Sutra (*mdo sde*). Discurso o enseñanza del Buda; todas las enseñanzas esotéricas del Budismo pertenecen al Hinayana y al Mahayana, las enseñanzas causales que consideran el camino como la causa de la iluminación, en oposición a las enseñanzas esotéricas Tántricas.

Tantra (*rgyud*). Literalmente, en Sánscrito, el "continuum" o "hilo" de sabiduría innata que abarca toda la experiencia. Tantra se refiere a las escrituras Budistas esotéricas y las enseñanzas orales que ofrecen métodos específicos y prácticas yóguicas para liberar la mente de la existencia samsárica.

Tantrayana. El vehículo o camino del Budismo Tántrico.

tertön (*gler ston*). Un revelador de textos "tesoros" ocultos, principalmente por Padmasambhava y Yeshe Tsogyal.

thangka. Un pergamino Tibetano pintado que representa una o más deidades o mandalas.

(**tigle** (Sct: *bindu*). Los fluidos esenciales o "gotas" que fluyen a través del canal central; manifestándose como esferas de luz en la práctica Tögal.

Tögal (*thod rgal*). "Cruce directo" o "Salto." El Dzogchen tiene dos secciones principales: Trekchö y Tögal. La primera enfatiza la pureza primordial (*ka Jag*) y la segunda hace surgir la presencia espontánea completa (*lhun grub*) de la propia Naturaleza de Buda.

Trekchö (*khregs chod*). "Cortar." El primero de los dos aspectos principales de la práctica del Dzogchen, el otro es Tögal. La realización directa y sostenida de la naturaleza esencial de la mente mediante la revelación de la conciencia desnuda desprovista de fijación dualista.

trulkhor (*'phrul 'khor; sct.: adhisara*). Posturas físicas y ejercicios para abrir el flujo de energía a través de los nadis y mejorar la meditación.

tumno {*gtum mo, sct.: chandali*). Uno de los Seis Yogas de Naropa que se centra en el cultivo de un calor místico interior que quema a través del pensamiento conceptual y revela la Luz Clara de la mente despierta.

vajra (*dorje*). Cetro de diamante que representa la Bodichita, la mente de la iluminación.

Cuerpo vajra. Cuerpo vajra dotado de los seis elementos (*khams drug ldan pa'i rdo rye'i lus*). Los seis elementos

externos son los cinco elementos y el elemento de los objetos mentales (*chos khams*). Los seis elementos internos son la carne, la sangre, el calor, el aliento, las vacuidades y la conciencia base de todo. Los seis elementos secretos son los *nadis* como el elemento estable de la tierra, la sílaba HANG en la coronilla como el elemento del agua líquida, la línea AH en el centro del ombligo como el elemento cálido del fuego, el prana vital (*srog gi rlung*) como el elemento del viento en movimiento, el canal central *avadhuti* como el elemento del espacio vacío y la sabiduría base de todo como el elemento de la sabiduría consciente.

Vajrasattva (*rDo rje sems dpa'*). Un Buda Sambhogakaya asociado con la purificación de las obstrucciones mentales que encarna las cualidades iluminadas de las cinco familias de Budas.

yoga (*rnal 'byor*). "Camino verdadero"; la integración del aprendizaje en la experiencia personal. En Sánscrito, yoga significa literalmente "unión." El yoga se refiere a métodos para alcanzar la unión con el estado de iluminación, con énfasis en el entrenamiento personal en oposición al aprendizaje académico.

yogi/yogini (*rnal 'byor pa*). Practicante Tántrico; generalmente connota a alguien que ya ha alcanzado cierto nivel de realización del estado natural de la mente. Aquel que sigue el yoga, o un verdadero camino espiritual.

